



جامعة اليرموك
كلية التربية الرياضية
قسم التربية البدنية

عنوان الرسالة

دراسة مقارنة لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم
الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية
**The Effect Of Gymnastics And Swimming Course, In
Enhancing Self Concept Among Faculties Of
Physical Education Female Students In Jordan
Universities A comparative Study.**

إعداد الطالبة

ماجدولين عبد المهدي صالح بصول

الرقم الجامعي

2006382004

إشراف الدكتور

محمد علي أبو الكشك مشرفاً رئيسياً

حسن محمود الوديان مشرفاً مشاركاً

حقل التخصص- التربية البدنية

2008م \ 1429هـ

قرار لجنة المناقشة

دراسة مقارنة لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية
إعداد الطالبة

ماجدولين عبدالمهدي صالح بصول

بكالوريوس تربية رياضية، جامعة اليرموك، ٢٠٠٤

قدمت استكمالاً للحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية في

جامعة اليرموك، اربد، الأردن، ٢٠٠٨

وافق عليها

محمد علي أبو الكشك رئيساً
أستاذ مشارك: تدريس وتدريب الجمباز، قسم التربية البدنية/ جامعة اليرموك.
حسن محمود الوديان مشرفاً مشاركاً
أستاذ مشارك: تدريس وتدريب السباحة، قسم التربية البدنية/ جامعة اليرموك.
وليد هاشم المارديني عضواً
أستاذ نظريات تدريس وتدريب كرة السلة، قسم التربية البدنية/ جامعة اليرموك.
زياد علي المومني عضواً
أستاذ مساعد: الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية، قسم التربية
البدنية/ جامعة اليرموك.
مازن رزق حتاملة عضواً
أستاذ علم النفس الرياضي التطبيقي المشارك، قسم علوم الرياضة / جامعة
اليرموك

تاريخ المناقشة ٢٢ / ٤ / ٢٠٠٨

الإهداء

إلى روحه الطاهرة رحمه الله والدي

إلى نبع المحبة والحنان والدتي

إلى من عاشوا معي السراء والضراء إخوتي

إلى من وقفن بجاني صديقاتي

إلى من علموني أحرفا أساتذتي الكرام

إلى الجندي المجهول خطيبي

الشكر والتقدير

الحمد والشكر لله الذي أعانني على إتمام هذه الدراسة وهذا
البحث العلمي المتواضع
كما لا يسعني إلا أن أشكر حضرة الدكتور محمد أبو الشوك لما
قدمه لي من إرشاد ونصح ومساعدة أثناء إعدادي لهذا العمل
وأشكر أيضاً حضرة الأستاذ الدكتور حسن الوديان لمساعدته لي
ووقوفه بجانبى ونسحه لي.
كما أتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى لجنة المناقشة لتفضلهم
بقبولهم مناقشة هذه الدراسة وهو :
الأستاذ الدكتور، وليد هاشم المارديني، أستاذ نظريات تدريس
وتدريب كرة السلة، جامعة اليرموك.
الدكتور، زياد علي المومني ، أستاذ الإدارة والتخطيط في التربية
الرياضية، جامعة اليرموك.
الدكتور، مازن رزق حناملة، أستاذ علم النفس الرياضي، جامعة
اليرموك.
وأشكر أقسام التربية الرياضية في الجامعات (اليرموك والأردنية
والعاشمية وموتاه) لما قدموه لي من تسهيلات لجمع البيانات.
وأشكر أخيراً كل من ساهم لإخراج هذا العمل لحيز الوجود من
زملاء وزميلات ومدرسين وجند محمولين.

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
الإهداء	ج
الشكر والتقدير	د
فهرس المحتويات	هـ
فهرس الجداول	ز
فهرس الملاحق	ط
الملخص	ي
الفصل الأول: المقدمة وأهمية الدراسة	
مقدمة الدراسة	1
أهمية الدراسة	4
مشكلة الدراسة	5
أهداف الدراسة	6
تساؤلات الدراسة	7
مصطلحات الدراسة	7
الفصل الثاني : الإطار النظري والدراسات السابقة	
أولاً: الإطار النظري	8
ثانياً : الدراسات السابقة	16
التعليق على الدراسات السابقة	22
الفصل الثالث: إجراءات الدراسة	
مجتمع الدراسة	24
عينة الدراسة	25

26.....	أداة الدراسة
26	صدق المقياس
26	ثبات المقياس
28.....	تصحيح المقياس
28.....	إجراءات الدراسة
29.....	متغيرات الدراسة
30.....	التحليلات الإحصائية

الفصل الرابع: عرض ومناقشة النتائج

31.....	عرض ومناقشة النتائج
---------	---------------------

الفصل الخامس: الاستنتاجات والتوصيات

73.....	أولاً: الاستنتاجات
74.....	ثانياً: التوصيات

المراجع

75.....	المراجع العربية
81.....	المراجع الاجنبية
83.....	الملاحق
92	الملخص بالانجليزية

فهرس الجداول

الرقم	الجدول	الصفحة
1	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيراتها	25
2	قيم معاملات الثبات لمجالات الاستبانة بطريقة معامل ارتباط بيرسون وطريقة كرونباخ ألفا	27
3	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات لأثر مسابقات الجميز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية على مجالات الدراسة والأداء الكلية مرتبة تنازلياً	32
4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات البدنية	34
5	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الأخلاقية	36
6	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الشخصية	38
7	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الأسرية	40
8	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الاجتماعية	42
9	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال نقد الذات	44
10	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الواقعية	46
11	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال تقبل الذات	49
12	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الإدراكية	51
13	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات الجميز والسباحة على تنمية مفهوم الذات على مجالات الدراسة حسب متغير المساق	54
14	نتائج اختبار (ت) للفروق بين تقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات الجميز والسباحة على تنمية مفهوم الذات تعزى لمتغير المساق	55
15	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات لأثر مسابقات الجميز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية على مجالات الدراسة حسب متغير السنة الدراسية	58
16	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين تقديرات الطالبات لأثر مسابقات الجميز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية على مجالات الدراسة حسب متغير السنة الدراسية	60

62	نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للفروق بين تقديرات الطالبات على مجالات الدراسة والأداة الكلية حسب متغير السنة الدراسية	17
66	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات على مجالات الدراسة حسب متغير الجامعة	18
68	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين تقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات على مجالات الدراسة حسب متغير الجامعة	19
70	نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للفروق بين تقديرات الطالبات على مجالات الذات البدنية والذات الأخلاقية والذات الأسرية حسب متغير الجامعة	20

فهرس المالحق

الصفحة	المالحق	الرقم
83	مقياس تنسي	1
87	مفتاح تصحيح مقياس تنسي لمفهوم الذات	2
88	أسماء المحكمين	3
89	المراسلات التي تم إجرائها	4

الملخص

بصول، ماجدولين عبدالمهدي. دراسة مقارنة لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية. رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، 2008 (المشرف: أ. د. محمد ابو كشك).

هدفت هذه الدراسة إلى مقارنة أثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية حسب متغيرات المساق والسنة الدراسية والجامعة، وتكونت عينة الدراسة من 150 طالبة من المسجلات في مسابقات الجمباز والسباحة في الجامعات الأربعة، واستخدمت الباحثة مقياس تنسي لمفهوم الذات والذي يتكون من 100 فقرة موزعة على تسعة أبعاد وهي الذات البدنية والذات الأسرية والذات الاجتماعية والذات الأخلاقية والذات الشخصية ونقد الذات، الذات الواقعية ، تقبل الذات، الذات الإدراكية.

وأظهرت نتائج الدراسة أن أفراد العينة يتمتعون بمفهوم ذات بدرجة متوسطة على جميع أبعاد المقياس، وجاءت مرتبة كما يأتي حسب أهميتها (الذات البدنية، الذات الأسرية، الذات الاجتماعية، الذات الأخلاقية، الذات الشخصية، نقد الذات، الذات الواقعية ، تقبل الذات، الذات الإدراكية).

وأظهرت النتائج بالنسبة لمتغير المساق أن طالبات الجمباز تميزن بمجال الذات البدنية عن طالبات السباحة في حين لم تظهر فروق في المجالات الأخرى، وبالنسبة لمتغير السنة الدراسية فقد ظهرت فروق في تقديرات الطالبات ولصالح السنة الرابعة وفي جميع المجالات، وبالنسبة إلى متغير الجامعة فقد ظهرت فروق في تقديرات الطالبات في مجال الذات البدنية وذلك لصالح اليرموك والهاشمية .

الكلمات المفتاحية: مفهوم الذات، مقياس تنسي، السباحة، الجمباز

مقدمة الدراسة وأهميتها:

تعد ممارسة الرياضة مطلبا حضاريا للجميع ، حيث تعبر عن المجتمع المتطور، وهي الميدان الرحب الذي يستطيع الإنسان من خلاله الاندماج في المجتمع ، وهي أداة فاعلة في توجيه الفرد التوجيه الصحيح كونها أداة حقيقية لتربيته بدنيا وصحيا وذهنيا من خلال تطوير قدراته وإمكانياته الجسمية والفكرية ، حيث تهتم دول العالم المتقدمة بالرياضة وتسعى للوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى المستويات الممكنة في النشاط الرياضي الممارس، وتعتبر الرياضة مجالا مهما للرقى الاجتماعي والتقدم الحضاري للدول والشعوب، وتلعب دورا مهما في بناء وتطوير شخصيات الفرد.

ويؤكد كل من (أبو هرجة وزغلون، 2002) أن التربية الرياضية عملية مساعده تعمل على التكيف السليم للفرد وتكسبه الخبرات الايجابية التي تسهم في إعداده لمواجهة المواقف المختلفة.

ويبحث الجانب النفسي في المتطلبات البدنية والعقلية والانفعالية لممارسة النشاط الرياضي، كما يدرس تأثير كل لون من الانشطة الرياضية سواء كانت فرديه أو جماعية على متغيرات الشخصية، فكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي ينفرد بها عن غيره لما يتميز به ممارسي هذه الانشطة من ثقة بالنفس وصقل للشخصية وتنمية لمفهوم الذات (عبدالمقصود، 1992).

ويعتبر مفهوم الذات وتطويره من القضايا المهمة التي حاول الباحثون الوصول الى مكوناتها وتحليلها، وهو من المفاهيم التي بدأت تأخذ حيزا هاما في مجال علم النفس لما لها

من تأثير فاعل في شخصية الفرد وتكوينها، فمفهوم الذات من الأبعاد المهمة التي تكون الشخصية الإنسانية لما له من أثر كبير في سلوك الفرد وتصرفاته، ويلعب مفهوم الذات دورا رئيسيا في توجيه السلوك وتحديده، فالطالب الذي لديه فكره عن نفسه بأنه ذكي ومجتهد يميل إلى التصرف بناء على هذه الفكرة، والعملية أيضا تبادليه، والسلوك الذي يمارسه الفرد يؤثر في الطريقة والكيفية التي يدرك بها نفسه (الشناوي وآخرون، 2001).

وقد أشار راتب (1997) أن مفهوم الذات من المفاهيم الأساسية في دراسة الشخصية ويحتل جانبا مهما في ظل الدراسات النفسية والتربوية، وهو أيضا من العوامل المهمة في السلوك الإنساني وهو تقييم ذاتي للفرد لشخصيته، وهناك مجموعه من العوامل التي قد تؤثر على مفهوم الذات لدى الفرد مثل التنشئة الاجتماعية وتربيته الوالدين وتقييم الآخرين للفرد وهذه العوامل قد تؤثر على مفهوم الذات لدى الفرد بشكل سلبي فيصبح مفهوم الذات لديه سلبيا أو قد تؤثر بشكل ايجابي فيصبح مفهوم الذات لديه ايجابيا، ويعتبر مفهوم الذات من أهم الحاجات التي تحرك الدوافع نحو ممارسة الانشطة، فهو يعطي ثقة عالية بالنفس ويشعر الفرد بقيمته بغض النظر انه نشاط جماعي أو فردي.

وتعتبر رياضتا الجمباز والسباحة من الرياضات الفردية المهمة في المجال الرياضي لما تتطلبه هذه الألعاب من توافر لعناصر اللياقة البدنية المختلفة والمقومات الحركية، وتعتبر رياضه الجمباز مثلا من الألعاب التي تساهم في إشباع حاجات الفرد وتلائم جميع المراحل العمرية، فهي تعمل على تزويد اللاعب بالمهارات، وتنمية عناصر اللياقة البدنية والحركية، كما أن هناك اختيارات بالنسبة للجنس مثل الجمباز الإيقاعي والفني للنساء وأنشطة الجمباز الفني الفردي والجماعي والاكروبياتيك الأرضي للرجال بالاضافه إلى الانشطه التي يشترك فيها كلا الجنسين، ولأنشطة الجمباز أهميه أيضا في تزويد الفرد بالمهارات التي تستمر معه

ليمارسها في المستقبل للمحافظة على الصحة وتطوير قدراته البدنية والنفسية والاجتماعية (شحاته، 1999)، (دوبدار ، 1992) .

وقد أضافت سالم (1990) أن الجمباز هو ناحية من نواحي النشاط البدني الذي يتميز بتأثيره الشامل على أجهزة الجسم المختلفة بما يضمن له التناسق والتكامل، كما انه يساعد على تنمية التوافق العضلي العصبي ويعمل على تحسين تحكم الفرد في جسمه وحركاته، فالجمباز ذلك النشاط الذي يمارس على الاجهزه أو على بساط الحركات بصوره فرديه طبقا لقوانين متعارف عليها.

وقد أشار شحاته (2003) إلى انه عندما يتعلم لاعب الجمباز مهارة أو مجموعه من المهارات فهو يكتسب صفة احترام الذات، فعندما يؤدي اللاعب جملة بطريقه جيده أمام عدد قليل من اللاعبين أو المشاهدين فهو يشعر بالرضا وزيادة الثقة بالنفس.

أما السباحة فهي إحدى الرياضات المائية بل هي أساس هذه الرياضات، فقد أصبح تعليم السباحة ضرورة حتمية فهي الرياضة التي تغطي جميع أغراض التربية الرياضية والنواحي النفسية والاجتماعية والانسانية والبدنية (رزق، 2003)، كذلك فإن السباحة من الفعاليات المهمة التي من الممكن لكلا الجنسين ممارستها بكافة المراحل العمرية حتى ينالوا من فوائدها الصحية والترفيهية والنفسية والعلاجية إقتداء بقول سيدنا عمر رضي الله عنه "علموا أولادكم السباحة والرمية وإن يثبوا على الخيل" (الخولي، 1995).

ومن ناحية أخرى فالسباحة تقوم بتنظيم عملية التنفس وتنشيط الجهاز الدوري وتساعد على الهضم وتشارك فيها جميع عضلات الجسم والعمود الفقري، وكثيرا ما تساعد في إزالة تشوهات الجسم مثل انحناء الظهر وتقوس العظام ومن هنا تعد السباحة الرياضة المتكاملة التي لا تعادلها رياضة لنمو التكوين الجسمي المثالي (حسين، 2000).

وترى الباحثة أن رياضتي الجمباز والسباحة قد تعملان على تنمية الخصائص النفسية والعقلية والثقة بالنفس وتنمية مفهوم الذات.

أهمية الدراسة :

تكمن أهمية هذه الدراسة في التعرف إلى مفهوم الذات لدى طالبات الجمباز والسباحة في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية، فقد جمعت بين مفهوم الذات للجمباز والسباحة ثم قارنت بينهما، حيث تعتبر الباحثة مفهوم الذات من المواضيع النفسية المهمة التي قد تؤثر في استجابة الفرد للمواقف المختلفة، فقد أشار روبرت (Robart، 1981) إلى أن الرياضيين الذين يملكون مستوى منخفض من تقدير الذات سوف تكون استجاباتهم سلبية وخاطئة.

ويرى صوالحه (1990) أن مفهوم الذات يعمل كقوة موجهة ودافعة لسلوك الفرد حيث تدفع المفاهيم الايجابية لذات الفرد لمواجهة الحياة وافتحام المواقف الجديدة بشجاعة، في حين يشعر ذوي المفاهيم السلبية عن شعورهم بالفشل والعجز ويتصرفون وفق ذلك، لذا فإن مفهوم الذات الايجابي يجعل الفرد أكثر ثقة وفاعلية في أدائه وسلوكه وصولاً إلى تحقيق أهدافه.

في حين يشير عمار (1986) إلى أن هدف مفهوم الذات الايجابي هو تحقيق الذات فالشخص الذي يحقق ذاته المشغل بكل امكانياته وقدراته، ويرى راتب (1990) أن قيمة الفرد لذاته هو مفتاح الدافعية له.

ونظراً لأهمية مفهوم الذات في المجال الرياضي فقد قام للعديد من الباحثين بدراسة مفهوم الذات من اتجاهات مختلفة، وقد أثبتت الدراسات أهمية مفهوم الذات في المجال الرياضي، وبما أن الباحثة وجدت ندرة في الدراسات التي تجمع بين مفهوم الذات لفعاليت السباحة و الجمباز وهما لعبتان فرديتان مغلفتان، فقد توجهت الباحثة للقيام بهذه الدراسة.

مشكلة الدراسة:

تكمن مشكلة الدراسة في أن هناك فروق كبيرة بين الطالبات الممارسات لفعاليات الجمباز والسباحة، حيث ترى بعض الطالبات على الرغم من ممارستها الأولى لهذه المهارة تتفوق على زميلاتها من الطالبات الأخريات في حين أن بعض الطالبات يكن مترددات ويسودهن الخجل أو الخوف لعدم قناعتهم باللباس الخاص بهذه الرياضات مثلاً، فقد أشارت العديد من الدراسات إلى أهميه مفهوم الذات على مستوى أداء اللاعبين وأن اللاعبين الذين يمتلكون مفهوم ذات جيد يظهرون مستوى أفضل من غيرهم، متفقاً مع ما أشارت إليه دراسات عبد الظاهر (1990) و إسماعيل (1982) و جردانه (1984) لذلك فإن عدم امتلاك اللاعبين مفهوم ذات جيد قد تشكل عائقاً في تقدمهم بالرغم من المستوى التدريبي الجيد لهم.

وتعتبر مسابقات الجمباز والسباحة من أهم المسابقات الاجبارية التي تطرح في كليات التربية الرياضية في الأردن لتمييزها بالحركات الفنية ذات للطابع الحركي والجمالي والانسيابي، ولما تتميز به حركات كل من للمهارتين من حركات مغلقة، وقد لاحظت الباحثة كطالبة ومدرسة في مدارس للتربية والتعليم (القطاع الحكومي) بأن هذه المهارات لم تلقى الأهمية كبقية الألعاب والمهارات الأخرى لما تتميز به هذه الألعاب، ولصعوبتها، وبسبب عدم وجود امكانيات من مسابح وأجهزة جمباز ومختصين، حيث لا يوجد هناك فكره واضحة للطالبات في المدارس عن مهارات الجمباز والسباحة، وهنا تتبلور المشكلة حيث أن مثل هذه الرياضات يجب البدء بها في سن مبكرة لصعوبتها ودقة الأداء بها لما تتطلبه من ناحية تنسيقية عالية بين الجهازين العصبي والعضلي، وهنا سنبحث عن مفهوم الذات لفعاليات السباحة والجمباز . وتأثير مسابقات الجمباز، ومسابقات السباحة، على تنميته

مفهوم الذات لدى الطالبات، وبما أن هذه المساقات اجبارية وتعتبر متطلبات أساسية في كليات التربية الرياضية وبما أن هذه الرياضات تمتازان بالدقة والصعوبة فقد نكشف منها تأثيرها على مفهوم الذات خلال المرحلة الجامعية، لذا حدا بالباحثة إجراء هذه الدراسة للوقوف على إمكانية تعميم نتائجها.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى ما يلي:

- التعرف على نظرة طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية في مساقات الجمباز والسباحة نحو مفهوم الذات.
- التعرف على اثر متغير نوع للمعاق (جمباز أو سباحة) على درجة مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية .
- التعرف على اثر متغير للجامعة (الأردنية ، الهاشمية ، اليرموك ، مؤتة) على درجة مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية.
- التعرف على اثر متغير السنة الدراسية (أولى، ثانية، ثالثة، رابعة) على درجة مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية.

تساؤلات الدراسة:

* ما هي نظرة طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية في مسابقات

الجمباز والسباحة نحو مفهوم الذات؟.

* هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) بين

تقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات

الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات تعزى لمتغير المساق (جمباز ،

سباحة) ؟ .

* هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) بين

تقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات

الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات تعزى لمتغير السنة الدراسية (أولى،

ثانية، ثالثة، رابعة) ؟ .

* هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) بين

تقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات

الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات تعزى لمتغير الجامعة؟.

مصطلحات الدراسة:

مفهوم الذات: إدراك الشخص لنفسه كشخص مستقل له كيان منفصل عن غيره

ويتمتع بقدرات إنسانية محددة ومواصفات خاصة. (الريماوي ، 1993).

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري

مفهوم الذات

دلت الكتابات العلمية وبالذات النفسية منها حول مفهوم الذات بأنه يمثل عنصراً أساسياً في تكوين الشخصية وهو ما يتعلق عادة بتصور الفرد عن نفسه الناتج عن خبراته في التفاعل مع الأفراد الآخرين، كما يمكن تعريف مفهوم الذات نفسياً بأنها (تكوين معرفي منظم وموحد ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتعميمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفاً نفسياً وعلى العموم فإن مفهوم الذات واسع ويختلف علماء النفس في تفاصيله كما يختلف علماء الاجتماع وهذه بعض التعاريف لمفهوم الذات

فقد عرفه زهران (1978) بأنه "تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته". أما دويدار (1992) فقد عرفه بأنه مصطلح سيكولوجي يستخدم ليعبر عن مفهوم افتراضي يتضمن جميع الآراء والأفكار والمشاعر والاتجاهات التي يكونها الفرد عن نفسه وتشمل أيضاً معتقدات الفرد وقناعاته وخبراته السابقة وطموحه مستقبلاً.

أما جبريل (1995) فقد عرف مفهوم الذات بأنه "ما يكونه الفرد عن نفسه وكيفية رؤيته لنفسه وللآخرين نتيجة تفاعله معهم ومع البيئة المحيطة به"، وعرفه الروسان (1995) بأنه تكوين معرفي منظم ومتعلم، مادته للمدركات الشعورية لكل من الاتجاهات والمشاعر والمعلومات والمظهر الخارجي وهو موجه للسلوك .

وقد عرفه شيرنل (Shernil، 1998) انه "الهدف الشامل لكل المعتقدات والنوايا التي يحملها الفرد في نفسه".

الفروق في أبعاد مفهوم الذات لدى المراهقين والشباب

أشار الدليم(2003) إلى أن احترام الذات ينمو ضمن حياة الأفراد اليومية إذ نبني صورة أنفسنا من خلال تجاربنا مع الآخرين وتلعب التجارب التي ارتبطت بالنجاح والفشل أثناء طفولتنا دورًا كبيرًا خصوصًا في تشكيل احترام ذاتنا ، ويتأثر تطور للمفهوم بطريقة معاملتنا من قبل أعضاء عائلتنا، من قبل مدرّسينا، المسؤولين، و من قبل نظرائنا، كل ذلك ساهم في خلق احترام ذاتنا الأساسي، والطفولة هي محور تطوير الذات. وتتضمن تجارب الطفولة التي تؤدي إلى احترام ذات سليم:

- مدح الآخرين.
- استماع من حولنا لنا.
- احترام الآخرين لنا.
- الاهتمام من قبل الآخرين.
- مشاعر الآخرين الإيجابية.
- نجاح الدراسة.
- امتلاك أصدقاء ثقة.
- أما تجارب الطفولة التي تقلل من احترام الأفراد للذات فإنها تتضمن:
- انتقاد المحيطين بقسوة.
- الإهانة والضرب.
- تجاهل الآخرين والسخرية.

- توقع من حولنا أن نكون ناجحين دائماً.

- الفشل في المدرسة. بتصرف (ديماس ، 2002) .

وبيّنت بهادر (1983) إن مفهوم الذات يتكون عادة خلال السنوات الأولى من حياة الإنسان من تجميع المعلومات والخبرات الحياتية المختلفة ومن تكوين الاتجاهات الإيجابية والسلبية نحو النفس والآخرين والتي تتحد نتيجة له صورته خاصة للفرد نحو ذاته فتبرز منها أهم ملامحه ومقوماته الشخصية، ويتأثر مفهوم الذات بتربية الوالدين والتنشئة الاجتماعية والخبرات والاتصالات التي يكونها الفرد نتيجة احتكاكه بالآخرين، وحكم الآخرين عليه وتفاعله مع بيئته التي يعيش فيها والأهم هو التأثيرات الاجتماعية والثقافة على مفهوم الذات.

وقد بين بخاري (2006) إن الطفل منذ وقت مبكر يبدأ في تكوين هويته متشعباً بالأشخاص المهمين في البيئة من حوله. ففي الوقت الواحد يتشبه بأبيه وأبيه أو أحد إخوته أو معلمه، إلا أن هذا الخلط يفرز شخصية متشعبة ذات أدوار مختلفة، مفككة الأوصال. أما المراهق لأن خبراته الحياتية لا زالت محدودة فإنه يكون مذبذباً وغير متيقن من أمره وهو يسعى إلى تحقيق ذاته وتكوين هويته. فلذلك تراه يلعب أنواراً متضادة، مثلاً في الوقت الواحد يكون مستقلاً ومعتمداً على غيره؛ جريئاً وجباناً؛ متحدياً وخضوعاً؛ جدياً وغير مكترث. وعليه في النهاية تخليص نفسه من لعب هذا الدور المزدوج ومن أن يكون نسخة من غيره، أو التذبذب بين الأنوار لكي يبدأ في تكوين هويته الخاصة به متجاوزاً هذه المرحلة الانتقالية.

ويعتبر عروق (1992) عملية تطور مفهوم الذات مستمرة مادام مستمرا في اكتشاف الأمور الجديدة في عملية النمو، وهي تؤدي إلى تغيير في مفهوم الذات لدى الفرد، ويتأثر مفهوم الذات بعوامل وراثية وأخرى بيئية، فالطفل يتأثر نموه الاجتماعي بالأشخاص

الذين يتعامل معهم وبالمجتمع الذي يعيش في إطاره وبالتقافة التي تسيطر على مدرسته وأسرته وتنعكس آثار هذا التعامل على سلوكه وأنشطته العقلية والانفعالية وعلى شخصيته.

لما للجبالي (1989) فيرى أن الأطفال الذين يتربون في أجوائها من التسلط والدكتاتورية، والأطفال الذين يتربون في أجواء من التقبل والمحبة والحماية يتفوقون على زملائهم الذين يتربون في أجواء مناقضه من النبذ والرفض والإهمال.

ويرى جلال (1985) أن الذات يمكن تغييرها فهي تتغير في مرحلة المراهقة كما تتغير بالعلاج النفسي، ويتوقف التغير على عاملين وهما إدراك الفرد للاختلاف بين ذاته وبين ما تتطلبه المواقف المختلفة والاستعداد لقبول التغيير الجديد، وقد يكون التغيير فجائيا أو بشكل تدريجي، فالتغيير في مفهوم الذات العام يتطلب مواقف خبره كثيرة والتي تكون متضاربة وغير متفقة مع مفهوم الذات العام.

خصائص مفهوم الذات:

هناك مجموعة من الخصائص التي يتميز بها مفهوم الذات وهي:

1. منظم: أي أن الخبرات التي يكتسبها الفرد يقوم بوضعها في زمر وفئات ذات صيغ أبسط وأنه ينظم الفئات التي يتبناها بحيث تكون إلى حد ما انعكاسا لتقافته الخاصة.
2. هرمي: يمكن أن تشكل جوانب مفهوم الذات هرمًا قمته مفهوم الذات العام.
3. متعددة الجوانب: وهذه الجوانب تعكس نظام التصنيف الذي يتبناه الفرد أو يشاركه فيه العديدون.

4. ثابت: حيث أن مفهوم الذات يتسم بالثبات النسبي وذلك ضمن المرحلة العمرية الواحدة إلا أن هذا المفهوم قد يتغير من مرحله عمرية إلى أخرى وذلك تبعًا للمواقف والأحداث التي يمر بها الفرد

5. نمائي: حيث تزداد جوانب مفهوم الذات وضوحا لدى الفرد مع تطوره من مرحله نمائيه إلى أخرى .

6. تقييمي: أي انه قابل للتقييم سواء كانت بالإشارة إلى معايير مطلقة كالمقارنة مع الذات المثالية أو بالمقارنة مع معايير نسبيه كمقارنه مع الزملاء.

7. متمايز: أي انه يتميز عن المفاهيم الأخرى التي تربطه بها علاقة نظريه، فمفهوم الذات للقدرة العقلية يفترض انه يرتبط بالتحصيل الأكاديمي أكثر من ارتباطه بالموافق الاجتماعية والمادية (روسان، 1995).

أنواع مفهوم الذات

يقسم مفهوم الذات بشكل عام إلى نوعين رئيسيين هما:

المفهوم السلبي للذات: ينطبق هذا النوع من مفهوم الذات على مظاهر الانحرافات السلوكية والأنماط المضادة أو المتناقضة مع أساليب الحياة للعادية، والتي تخرجهم عن الأنماط السلوكية المتوقعة من الأفراد العاديين في المجتمع والتي تجعلنا نحكم على من تصدر عنه هذه المظاهر السلوكية بسوء التكيف الاجتماعي أو النفسي فتضعه في فئة غير الأسوياء.

المفهوم الإيجابي للذات: يتمثل هذا النوع من مفهوم الذات في تقبل الفرد لذاته ورضاء عنها، حيث تظهر لمن يتمتع بمفهوم ذات إيجابي صوره واضحة ومبلوره للذات يلمسها كل من يتعامل مع الفرد أو يحتك به ويكشف عنها بأسلوب تعامله مع الآخرين الذي يظهر فيه دائما الرغبة في احترامها وتقديرها والمحافظة على مكانتها الاجتماعية

ودورها وأهميتها والثقة الواضحة بالنفس والتمسك بالكرامة وتقبل الفرد لذاته ورضاه عنها (بهادر، 1983).

وفي دراسة ليعقوب وبلبل (1985) حيث اظهرت أن هناك أنواع أخرى من مفهوم الذات ^{من} وهي:

1- مفهوم الذات الأساسي: وهو إدراك المرء لنفسه على حقيقتها وليس كما يرغبها، حيث يشتمل هذا الإدراك جسمه ومظهره وقدراته ودوره في الحياة بالإضافة إلى قيمه ومعتقداته وطموحاته.

2- مفهوم الذات المؤقت: وهو الذي يحمله لفترة وجيزة ثم يتلاشى بعدها وقد يكون مرغوباً فيه أو غير ذلك معتمداً على الموقف الذي يجد المرء نفسه فيه.

3- مفهوم الذات الاجتماعي: هو تصور الفرد لتقويم الآخرين له وهو يتطور قبل مفهوم الذات الأساسي نتيجة لتفاعل الفرد مع المجتمع.

4- مفهوم الذات المثالي: عبارة عن الحالة التي يتمنى المرء أن يكون عليها سواء ما يتعلق منها بالجانب الجسمي أو الجانب النفسي معتمداً على مدى سيطرة مفهوم الذات الأساسية لديه.

وبضيف زهران (1978) نوعاً آخر لمفهوم الذات هو مفهوم الذات الخاص والذي يعبر عن الجزء الشعوري السري عن خبرات الذات ويتصف بأن معظمه مواد غير مرغوب فيها اجتماعياً ولا يجوز إظهاره أو كشفه أمام الناس.

النشاط الرياضي ومفهوم الذات:

يعتبر النشاط الرياضي على اختلاف أنواعه من الأنشطة الأساسية التي تزخر بالعديد من المواقف التنافسية التي قد يكون لها الأثر الكبير على شخصيه الفرد ومفهومه لذاته وتقديره لها، حيث يلعب للنشاط الرياضي دورا مميزا في الارتقاء لخبرة الإنسان الشخصية وتميزها، حيث يسهم في تحسين المستوى الصحي والبدني وتنمية الروح الاجتماعية وحسن الاتصال بالآخرين الأمر الذي يعكس على زيادة إنتاج الفرد (عويطات، 1988).

كما أن النشاط الرياضي من الوسائل الضرورية لبناء شخصية الفرد وتربيته تربية كاملة واستغلال العديد من الدوافع الطبيعية الموجودة لديه، إذ أن النشاط الذي يمارس بصوره منتظمة وفق أسس وقواعد محدده يمكن أن يساهم في تغيير كثير من المفاهيم والاتجاهات والدوافع وان يزود الطلبة بالمهارات والخبرات الأساسية في المجال الرياضي وهذا يعد عنصرا هاما في تحقيق هدف التربية الرياضية المتمثل في تحقيق النمو الشامل المتكامل والمتوازن للفرد (الكردى، 1983).

فشخصية للفرد تتأثر في المواقف التنافسية فتارة يكون الفرد فيها فائزا ولأخرى خاسرا وثالثه متعادلا، وهذه المواقف كما ذكرنا كفيله بالتأثير في شخصيه الرياضي وتجعله يقدر ذاته ويضعها موضعها الحقيقي بالنسبة للآخرين سواء كان ايجابيا أو سلبيا، ويشير علوي (1998) بهذا الصدد حول المفهوم الايجابي انه يلعب دورا هاما في تحقيق التفوق الرياضي، وان اللاعب صاحب مفهوم ذات ايجابي يشعر بان لديه ذات قوية تعمل بكفائه وان الأداء الجيد ينتج عن مثل هذا التفاعل، أما مفهوم الذات السلبى فيشير أبو شمه (1995) إلى أن ذلك يؤثر في انخفاض مستوى الأداء الرياضي حيث أن اللاعب عندها يمارس إحساسا سلبيا بالخبرة بمعنى انه عندما يحدث تصارعا مع الذات وتضاربا بدرجة قد تصل إلى حد تجنب

ممارسه للنشاط الرياضي. وترى الباحثة بان طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات قد يتأثرن من خلال انخراطهن بالمسابقات العملية مما ينعكس على مفهومهن لذاتهن.

ثانيا: الدراسات السابقة

لقد اطلعت الباحثة على مجموعه من الدراسات السابقة والتي أجريت بالبيئة العربية والأجنبية، وقد لاحظت الباحثة عدم وجود الدراسات التي تجمع ما بين بالجمباز والسباحة وعلاقتها بمفهوم الذات وهذه بعض الدراسات التي تناولت أثر ممارسة الأنشطة والألعاب الرياضية على مفهوم الذات .

في دراسة حلمي وعيد (1992) التي هدفت للتعرف على درجة تمايز الذات بين لاعبي كرة الماء للناشئين من 46 ناشيء باستخدام مقياس تنسي لمفهوم الذات وأشارت النتائج إلى ارتفاع متوسط درجات مفهوم الذات البدني كذا وجود فروق في أبعاد الذات الاجتماعية. وفي دراسة عرابي، البندك، عيسى (1994) هدف إلى التعرف على تأثير برنامجي للسباحة على مفهوم الذات عند تلميذات مرحلة التعليم الأساسي في الأردن، كذلك التعرف على تأثير برنامج للرسم على مفهوم الذات عند تلميذات مرحلة التعليم الأساسي في الأردن وكانت نتائج هذه الدراسة أن برنامج نشاط السباحة لم يحدث نشاطا إيجابيا على مفهوم الذات عند التلميذات في حين كان لبرنامج الرسم تأثيرا إيجابيا على مفهوم الذات وبناء على ذلك جاءت التوصيات منسجمة مع هذه الاستنتاجات من حيث الاهتمام بالإعداد النفسي في المرحلة العمرية قيد الدراسة، واستخدام الوسائل والأساليب المختلفة التي تسهم في زيادة التعرف على الذات وتعزيزها، وأيضا زيادة الوقت المخصص للدورات اللامنهجية التعليمية وذلك للأنشطة المختلفة.

وفي دراسة مارش وآخرون (Marsh & others، 1995) التي هدفت إلى التعرف إلى الفروق في مفهوم الذات لدى الرياضيين النخبة وغير الرياضيين تكونت عينة الدراسة من 83 وتم استخدام مقياس (SDQ) وقد أشارت النتائج إلى أن مفهوم الذات للمقدرة البدنية لدى

الرياضيين أفضل من غير الرياضيين وعدم وجود اختلاف في مفهوم الذات المتعلقة بالمظهر البدني بين النخبة وغير الرياضيين وإلى فروق في الذات الاجتماعية ولصالح الرياضيين وفي دراسة أبو شمه (1995) هدفت إلى التعرف على مستوى مفهوم الذات لدى لاعبي كرة السلة في الأردن ومعرفة للفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى مفهوم الذات تبعاً لمتغيرات الجنس، العمر، درجة الممارسة (نادي، منتخب)، ومراكز اللاعبين في الملعب، وجاءت نتائج الدراسة إلى أن مفهوم الذات جاء بدرجة عالية عند لاعبي ولاعبات أندية الدرجة الأولى لكرة السلة في الأردن، ولم توجد فروق دالة إحصائية في مفهوم الذات عند لاعبي كرة السلة تعزى لمتغيرات درجة الممارسة (نادي، منتخب)، ومركز اللعب ومتغير الجنس ومتغير العمر.

قام كاميل (Kamille، 1997) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي لللياقة البدنية على عناصر اللياقة البدنية وعلى مفهوم الذات الكلي وكذلك فحصت الدراسة فيما إذا كانت الرغبة تنبأ بالتغيرات على مفهوم الذات ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (45) ذكور و(17) إناث ممن شاركوا في برنامج لياقة تدريبي يشمل: الجري، وتكوين العضلات، ونشاطات فردية وجماعية وقد أظهرت نتائج الدراسة حدوث تحسن في عناصر القوة والتحمل والمرونة، إضافة إلى أن البرنامج أثر إيجابياً على مفهوم الذات الجسمية عند كلا الجنسين.

وفي دراسة لأفري ولينورد (Avery & Leonard، 1997) هدفت للتعرف إلى أثر برنامج تدريب القوة لمدة (8) أسابيع على مفهوم الذات والفاعلية الذاتية للأطفال. اشتملت عينة الدراسة على (24) من الذكور والإناث ثم قسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين الأولى تجريبية وعددها (15) والثانية ضابطة وتبلغ (9) وتتراوح أعمار أفراد العينة بين (7-12)

عاما. وقد استخدم الباحث مقياس مفهوم الذات (the Martinek – Zaichowsky self-concept scale) (MZSCS) للأطفال . وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود أثر للبرنامج على مفهوم الذات والفاعلية الذاتية بينما كان له أثر إيجابي على القوة .

وفي دراسة قام بها هوتزلر وشاشام (hotzler & chacham، 1998) حول أثر برنامج للسباحة على مستوى التكيف ومفهوم الذات لدى الممارسين للسباحة حيث استخدم الباحثان لقياس (martinek - zaichtosky) على عينة البحث وبعد تطبيق البرنامج لمدة 6 أشهر وإجراء الاختبارات القبلية والبعديّة لوحظ الأثر الإيجابي والواضح لبرنامج السباحة على مفهوم الذات وذلك لصالح الاختبار البعدي .

و أجرى كوسار وآخرون (Kosar & others 1998) دراسة هدفت للتعرف إلى أثر برنامج للرقص الإيقاعي لمدة (8) أسابيع على مفهوم الذات البدني والرضا عن صورة الجسم، حيث تكونت عينة الدراسة من (45) طالبة جامعية، ولقياس مفهوم الذات استخدم مقياس (Physical self-perception profile (PSPP وكذلك استخدم مقياس تصور الجسم The Berscheid Questionnaire (BWB)، Walster & Bobrnsted ، وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود أثر للبرنامج على مفهوم الذات البدني والرضا عن صورة الجسم.

وفي دراسة ايبك وقبن (Ebbeck & Gibbons، 1998) هدفت للتعرف إلى أثر برنامج التحديات البدنية في بناء الفريق Team Building Through Physical Challenges Program (TBPC) على مفهوم الذات ، تكونت عينة الدراسة من (58) طالبا و(62) طالبة من صفوف السادس والسابع ، حيث تم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) ومن ثم تطبيق البرنامج (TBPC) على المجموعة التجريبية بينما

خضعت المجموعة الضابطة لبرنامج عادي، ولقياس مفهوم الذات استخدم مقياس (SPP) Self-Perception Profile، وأشارت النتائج إلى أن أفراد المجموعة التجريبية يتمتعون بدرجة عالية من مفهوم الذات وأنهم يتمتعون أيضا بكفاءة رياضية وقبول اجتماعي أفضل من أفراد المجموعة الضابطة.

كما أجرت الانليي (1998) دراسة هدفت إلى التعرف على اثر برنامج تدريبي مقترح على مستوى اللياقة البدنية ومفهوم الذات لدى أطفال مؤسسات الأيتام في الأردن حيث بلغت عينة الدراسة 80 طفل (40 إناث و40 ذكور) من أطفال مؤسسة الأيتام في الأردن حيث مثلت العينة ما نسبته (29، 8) من المجتمع الكلي واستخدم في الدراسة مقياس مفهوم الذات لبير وهارس كأداة لجمع البيانات ودلت النتائج على وجود فروق بين القياس القبلي والبعدي لصالح البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم الذات بأبعاده المختلفة.

وفي دراسة ألفيرمن وستول (stool & alfermann، 2000) هدفت للتعرف على أثر التمرينات البدنية على مفهوم الذات وذلك من خلال تجربتين ميدانيتين لمدة سنة شهور حيث تم توزيع أفراد العينة على التجريبتين فقد تكونت التجربة الأولى من مجموعتين الأولى تجريبية وبلغ عددهم 39 (11 ذكور و28 من الإناث) وكانت المجموعة الثانية ضابطه حيث تكونت من 24 (13 ذكور و11 من الإناث) أما بالنسبة للتجربة الميدانية الثانية فقد تم تقسيم أفرادها إلى مجموعتين أيضا، الأولى تجريبية وبلغ عدد أفرادها 183 (50 ذكور و133 من الإناث) وتكونت المجموعة الضابطة من 93 (24 من الذكور و69 من الإناث) وقد تم استخدام مفهوم تنسي حيث تم قياس مفهوم الذات لأفراد العينة قبل وبعد المشاركة في البرنامج وقد أشارت النتائج إلى وجود أثر للبرنامج على تحسين مفهوم الذات وخاصة أفراد المجموعتين التجريبتين.

وأجرى أبو عواد (2000) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين بعض أبعاد مفهوم الذات البدنية والاجتماعية والشخصية ومركز التحكم ببعديه الداخلي والخارجي لدى المعاق حركيا والممارسين للرياضة التنافسية في الأردن، وأظهرت الدراسة وجود فرق دال إحصائيا وعلاقة طردية ذات دلالة احصائية وذلك لما بين أبعاد مفهوم الذات المقررة من جهة وما بين مراكز التحكم الداخلي من جهة أخرى وكان من نتائج هذه الدراسة التوصية بوضع برامج للإعداد النفسي طويل الأمد وقصير الأمد للأفراد للمعاقين حركيا الممارسين .

وقامت محسن(2001) بدراسة هدفت إلى التعرف على مفهوم الذات وعلاقته بعناصر اللياقة البدنية والأداء المهاري للجناساتك من 47 طالبة من عدة مراحل باستخدام مقياس نفسي وأظهرت النتائج عدم وجود فروق بين طالبات المراحل المختلفة في أبعاد مفهوم الذات وفي عناصر اللياقة البدنية وأظهرت علاقة بين الذات البدنية وبعض عناصر اللياقة البدنية لدى طالبات المرحلة الرابعة وإلى علاقة معنوية بين الذات البدنية والأداء المهاري لدى المرحلة الثالثة .

وقام عديناات (2001) بدراسة هدفت للتعرف على لثر ممارسة الانشطة الرياضية والجنس والمستوى الرياضي في مفهوم للذات لدى طلاب المرحلة الثانوية في الطفيلسه مسن عينه قوامها 733 طابا وطالبه من الممارسين للتربية الرياضية و535 من الطلبة غير الممارسين للانشطه الرياضية واستخدم الباحث مقياس بيرس - هاريس لمفهوم الذات وقد أظهرت النتائج وجود فروق بين المجموعتين لصالح للممارسين للانشطه الرياضية.

وقام باكير (2001) بدراسة هدفت للتعرف إلى مفهوم للذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى فرق أندية الدرجة الممتازة لكرة القدم في الأردن ، وكذلك التعرف إلى مفهوم الذات تبعا لمتغيرات الخبرة والمؤهل العلمي لدى لاعبي هذه الفرق . تكونت عينة الدراسة من

(157) لاعبا من لاعبي أندية الفرق الممتازة بكرة القدم ، تم استخدام مقياس تنسي لمفهوم الذات ، وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة إلى أن هناك علاقة إيجابية وطردية بين مفهوم الذات والإنجاز الرياضي لدى فرق أندية الدرجة الممتازة بكرة القدم في الأردن، ولم تظهر الدراسة أي فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات تعزى لمتغيرات الخبرة والمؤهل العلمي لدى أفراد العينة حيث أوصى الباحث بضرورة الاهتمام بالسمات الشخصية لدى لاعبي كرة القدم وخاصة مفهوم الذات ، حيث أن هذه الدراسة أثبتت أن هناك علاقة دالة بين مفهوم الذات والإنجاز الرياضي عند لاعبي كرة القدم.

وقامت السرور (2003) بدراسة هدفت إلى بناء برنامج تعليمي يهدف إلى تدريب المعلمين على تنفيذ تدريبات تعمل على تطوير مفهوم الذات لدى التلاميذ وأشتمل البرنامج على 126 تدريرا في موضوعات مختلفة، وبعد تطبيق البرنامج على عدد من المدارس في الأردن والبحرين توصلت الباحثة إلى أن الذات يمكن تطويرها من خلال البرنامج التعليمي مما يساهم في تنشئة الشخصية الجيدة وإعداد الفرد إلى الحياة .

وقام الحايك بدراسة (2003) هدفت إلى التعرف على أثر استخدام أسلوب التعليم التعاوني في تدريس كرة السلة على مفهوم الذات بأبعاده الثلاثة لدى طلبة كلية التربية الرياضية واتجاهاتهم نحو كرة السلة، ولتحقيق ذلك تم اختيار عينة الدراسة والمكونة من 49 طالبا(18 طالب) و(31 طالبة) من المسجلين في معاق كرة السلة 1 وقد تم استخدام أسلوب التعليم التعاوني لمدة 8 أسابيع مع المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية على قياس مفهوم الذات بأبعاده الثلاثة البدنية والشخصية والاجتماعية وعلى مفهوم الذات الكلي .

وقام أبو عيد (2004) بدراسة بعنوان اثر برنامج تعليمي في السباحة على تطوير مفهوم الذات والمستوى المهاري لدى الأفراد ذوي التحديات الحركية، وقد هدفت إلى بناء برنامج تعليمي في السباحة لمعرفة أثره على مفهوم الذات لدى العينة المكونة من 14 معاقا وقد استخدم الباحث مقياس مفهوم الذات لجمع البيانات وإجراء اختبارات قبلية وبعديه للمستوى المهاري في السباحة، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس مفهوم الذات لصالح البعدي ووجود فروق لصالح البعدي في المستوى المهاري في السباحة.

قام جرار (2005) بدراسة هدفت إلى التعرف على اثر برنامج تعليمي مقترح في السباحة على مفهوم الذات ومستوى الأداء لدى المشاركين في دورات السباحة التي تقيمها الجامعة الاردنية على عينة قوامها 46 مشارك تم اختيارهم بالطريقة العمدية وتم اختبارهم بمقياس قبلي وبعدي واستخدم الباحث مقياس تنسي لمفهوم الذات ووجد أن هناك فروق بين القبلي والبعدي على مجالات الذات الاخلاقيه والذات الشخصية الذات الاسريه .

التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال مسح الدراسات السابقة يتضح للباحثة أن مفهوم الذات من المواضيع الهامة التي تناولها الباحثون من خلال عدة اتجاهات، وان هناك تحسن في مستوى مفهوم الذات نتيجة المشاركة في برامج للتدريب الرياضي وان معظم الدراسات تشير إلى وجود فروق داله إحصائيا في مفهوم الذات بين الممارسين وغير الممارسين ولصالح الممارسين للانشطة الرياضية والى تحسن في مستوى مفهوم الذات نتيجة الاشتراك في الألعاب الرياضية كما لاحظت الباحثة أن غالبية الدراسات استخدمت المنهج المسحي بالاضافه لاستخدام بعض

الدراسات التي اهتمت بدراسة اثر التكريب الرياضي على مفهوم الذات بطريقه المنهج التجريبي.

وفي ضوء ذلك استفادت الباحثة من الدراسات السابقة مايلي:

- اختيار منهج للدراسة المسحي.
 - اختيار عينة الدراسة
 - التعرف على الأساليب الاحصائية المستخدمة في هذه الدراسات
 - إن غالبية الدراسات استخدمت مقياس تسمى لقياس مفهوم الذات
 - التعرف على طرق استخراج معامل للثبات ومعامل الصدق في هذه الدراسات
- وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة كونها تنطرق إلى المقارنة بين مفهوم الذات لمسائي السباحة والجمباز، وتعد الدراسة من حيث للمجتمع الذي ستقام عليه الدراسة حيث تبين للباحثة على حد علمها أن هذه الدراسة المقارنة لمسائي الجمباز والسباحة في كليات التربية الرياضية للطالبات فقط لم يتطرق إليه من قبل وبذلك قد تكون هذه الدراسة الأولى من نوعها التي تبحث في هذا الموضوع.

الفصل الثالث

إجراءات الدراسة

تضمن هذا الفصل عرضاً لمجتمع الدراسة، وعينتها، وأداة الدراسة وطرق التحقق من صدقها وثباتها، وإجراءات الدراسة، ومتغيراتها، والمعالجات الإحصائية التي استخدمتها الباحثة للتوصل إلى النتائج.

مجتمع الدراسة :

تكون مجتمع الدراسة من جميع طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية اللواتي درسن مسابقات السباحة ومسابقات الجمباز ، والبالغ عددهن (1285) طالبة، يمثلن أربع جامعات وهي: (الجامعة الأردنية، وجامعة اليرموك، الجامعة الهاشمية، وجامعة مؤتة).

عينة الدراسة

قامت الباحثة باختيار عينة للدراسة بالطريقة العشوائية الطبقية من مجتمع

الدراسة، حيث بلغت عينة الدراسة (150) طالبة، مشكلةً ما نسبته (11.67%) من

مجتمع الدراسة، والجدول (1) يوضح توزيع أفراد عينة للدراسة حسب متغيراتها.

جدول (1)

توزيع أفراد عينة للدراسة حسب متغيراتها

المتغير	المستويات	عدد الطالبات	
		العدد	النسبة
المساق	جهاز	79	%52.67
	سباحة	71	%47.33
المجموع		150	%100.00
السنة الدراسية	سنة أولى	37	%24.67
	سنة ثانية	60	%40.00
	سنة ثالثة	38	%25.33
	سنة رابعة	15	%10.00
المجموع		150	%100.00
الجامعة	الأردنية	18	%12.00
	البرموك	49	%32.67
	الهاشمية	26	%17.33
	موتة	57	%38.00
المجموع		150	%100.00

أداة الدراسة:

وضع هذا المقياس قسم للصحة النفسية لولاية تنسي عام 1955 في أمريكا، وتم تطويره في شكله الحالي من قبل وليم فنتسي 1965 واعد صورته للعربية علاوي وشمعون عام 1978، علاوي عام 1987، وتكون المقياس من (100) عبارة وصفية ويشتمل على 9 مجالات.

صدق المقياس

تم التحقق من صدق المقياس، وذلك بعرضه على لجنة من المحكمين، تألفت من (5) محكمين مختصين وذوي الخبرة من أعضاء هيئة التدريس في جامعة اليرموك وجامعة البلقاء التطبيقية وجامعة مؤتة والجامعة الاردنية والمسؤولين وذوي الخبرة والاختصاص من أساتذة الجامعات (انظر الى الملاحق)، وبناءً على ملاحظاتهم المشتركة التي كان يجمع عليها خمسة من المحكمين فأكثر، تم حذف وتعديل صياغة بعض الفقرات من حيث البناء واللغة، وأصبح المقياس في صيغته النهائية مكون من (99) فقرة تتوزع على (9) مجالات وهي الذات البدنية والذات الأسرية والذات الاجتماعية والذات الأخلاقية والذات الشخصية والذات الاندراكية وتقبل الذات والذات الواقعية ونقد الذات.

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات المقياس، قامت الباحثة بحساب معاملات الثبات له من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة، حيث تكونت من (22) طالبة مرتين وبفارق زمني أسبوعين بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وتم استخراج معامل ارتباط بيرسون

بين تقديرات أفراد العينة الاستطلاعية بين نتائج للتطبيقين، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.85 - 0.92) للمجالات، و(0.88) للاستبيان الكلي، كما تم حساب قيم معاملات الاتساق الداخلي بطريقة كرونباخ ألفا، حيث تراوحت قيم معاملات الثبات بين (0.83 - 0.89) للمجالات، و(0.86) للاستبيان الكلي، وجدول (2) يوضح قيم معاملات الثبات للمجالات بطريقة معامل ارتباط بيرسون، وطريقة كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي.

جدول (2)

قيم معاملات الثبات لمجالات الاستبانة بطريقة معامل ارتباط بيرسون وطريقة كرونباخ ألفا

الرقم	المجال	معامل ارتباط بيرسون	معامل الاتساق الداخلي
	الذات الواقعية	0.86	0.85
	تقبل الذات	0.89	0.87
	للذات الإدراكية	0.88	0.87
	الذات البدنية	0.88	0.85
	الذات الأخلاقية	0.86	0.83
	للذات الشخصية	0.87	0.86
	الذات الأسرية	0.85	0.84
	للذات الاجتماعية	0.92	0.89
	نقد الذات	0.90	0.88
	للمقياس ككل	0.88	0.86

تصحيح المقياس:

تم استخدام مقياس خماسي التدرج لقياس درجة مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية وهي (لا تنطبق علي تماماً، لا تنطبق علي غالباً، تنطبق أحياناً وأحياناً لا تنطبق، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي تماماً)، وتم إعطاء التقديرات الرقمية التالية (1، 2، 3، 4، 5)، في حالة الفقرات الإيجابية، وعكسها في حالة الفقرات السلبية. وقد تم استخدام التدرج التالي لتحديد درجة مفهوم الذات:

أقل من 2.50 درجة مفهوم الذات لا ينطبق.

من 2.50 – 3.49 درجة مفهوم الذات ينطبق أحياناً وأحياناً لا ينطبق.

من 3.50 – 5.00 درجة مفهوم الذات ينطبق.

إجراءات الدراسة:

بعد التأكد من صدق وثبات مقياس الدراسة، وبعد مخاطبة رؤساء الجامعات الأردنية للحصول على إذن توزيع الاستبيان لجمع المعلومات، وتحديد عينة الدراسة، قامت الباحثة بتوزيعه على أفراد عينة الدراسة، وذلك من خلال زيارتها للجامعات ومقابلتها لأفراد عينة الدراسة شخصياً، وتوضيح التعليمات شفويّاً إضافة للتعليمات المكتوبة على المقياس، وطلبت إبداء رأيهم في كل فقرة من فقرات المقياس لغرض معرفة وتحديد مفهوم الذات لديهم، وذلك بوضع إشارة (√) في المكان المناسب حسب السلم الخماسي لكل فقرة. حيث تم توزيع (175) نسخة من المقياس. عاد إلى الباحثة منها (152) نسخة. وقد تم إسقاط

اثنين حيث لاحظت الباحثة أنها لا تحمل الموضوعية والجدية في تعبئتها، وبقي (150) نسخة، وهي تمثل جميع أفراد عينة الدراسة التي خضعت للتحليل الإحصائي.

متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة للمتغيرات التالية :

أولاً : المتغير المستقل وهو: دراسة المسابقات وله مستويين (مساق 1 ومساق 2):
(دراسة مسابقات الجُمباز، ودراسة مسابقات السباحة).

ثانياً: المتغيرات الوسيطة وهي:

- السنة الدراسية: ولها أربع مستويات: (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة، سنة رابعة).
- الجامعة: ولها أربع مستويات: (الجامعة الأردنية، وجامعة اليرموك، والجامعة الهاشمية، وجامعة مؤتة).

ثالثاً: المتغير التابع :

أثر دراسة مسابقات الجُمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية، ويعبر عنه بالمتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد العينة على فقرات مقياس مفهوم الذات.

التحليلات الإحصائية :

قامت الباحثة باستخدام التحليلات الإحصائية التالية:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية .
2. اختبار (t) لاختبار الفروق بين متوسطات العيّنات المستقلة .
3. تحليل التباين الأحادي .
4. اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

تضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم للتوصل إليها، بعد أن قامت الباحثة بجمع البيانات بواسطة أداة الدراسة، وقامت بعرضها وفقاً لأسئلة للدراسة.

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

نص السؤال الأول على: "ما هي نظرة طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية في مسابقات الجمباز والسباحة نحو مفهوم الذات؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر دراسة مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات على مجالات الدراسة والأداة الكلية، حيث كانت كما هي موضحة في الجدول (3).

جدول (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات لأثر مساقات الجميز والمباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية على مجالات الدراسة والأداة الكلية مرتبة تنازلياً

الرقم	المجال	المتوسط الحسابي*	الانحراف المعياري	الترتبة
1	الذات الواقعية	3.05	0.51	الرابعة
2	تقبل الذات	2.99	0.47	الثامنة
3	الذات الإدراكية	3.02	0.43	السادسة
4	الذات البدنية	3.19	0.51	الأولى
5	الذات الأخلاقية	3.03	0.39	الخامسة
6	الذات الشخصية	3.01	0.42	السابعة
7	الذات الأسرية	3.13	0.49	الثانية
8	الذات الاجتماعية	3.06	0.47	الثالثة
9	نقد الذات	2.96	0.60	للتاسعة
للمقياس الكلي		3.07	0.34	-

* الدرجة المعطى من (5)

يبين الجدول (3) أن المجال الأول " مجال الذات البدنية " قد احتل المرتبة الأولى

بمتوسط حسابي (3.19) وانحراف معياري (0.51)، وجاء المجال الرابع " مجال الذات

السادس " مجال تقدير الذات" فقد احتل المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.96) وانحراف معياري (0.61)، وقد بلغ للمتوسط الحسابي لتقديرات الطالبات على الأداة الكلية (3.07) بانحراف معياري (0.34) وهو يقابل التقدير بدرجة تتطبق أحياناً وأحياناً أخرى لا تتطبق، ويظهر مما سبق أن الذات للبدنية كانت بالمرتبة الأولى بحكم أن الطالبات ممارسات للنشاط الرياضي بصفتهم طالبات في كليات التربية الرياضية والاهتمام الطبيعي بالجسم واللياقة البدنية، أما أدنى متوسط حسابي فكان لمجال نقد الذات، لأنه وكما نعرف لا أحد ينقد ذاته أو يظهر سلبياته فكل شخص يحاول أن يداري عن سلبياته حتى في داخله لا ينقد ذاته، وهذا يدل على أن الطالبات لديهن مفهوم ذات متدني باتجاه نقد ذواتهن حيث أن هذا التوجه يكون من شخصيات أخرى محيطة بالطالبات، ويظهر أيضاً أن مستوى مفهوم الذات جاء بدرجة متوسطة مما يعني أن مستوى مفهوم الذات لدى الطالبات يتجه نحو الوسط مما يقتضي رفع هذا المفهوم إلى درجة أعلى، وترى الباحثة إلى أن السبب هو المسؤوليات الواسعة التي تقع على الطالبات من تحمل المسؤولية وأعباء الحياة المختلفة، بالإضافة إلى العادات والتقاليد التي تفرض على الطالبات نوعاً من القيود التي لا تتيح المجال الكافي لها لممارسة الأنشطة كما يعزى السبب في ذلك إلى خبرات النجاح والفشل لدى الطالبات أثناء ممارستهن الألعاب المختلفة، حيث أن خبرات النجاح تؤدي إلى تكوين مفهوم ذات إيجابي وعالي لدى اللاعبات وخبرات الفشل تؤدي إلى تكوين مفهوم ذات متدني لديهن.

وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على

فقرات مجالات الدراسة حيث كانت على النحو التالي:

المجال الأول: مجال الذات البدنية:

كانت المتوسطات الحسابية والانحرافات للمعيارية لتقديرات الطالبات على فقرات هذا

المجال، كما هي موضحة في جدول (4).

جدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات للمعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات البدنية

الرقم	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المرتبة
1	امتلاك جسماً جميلاً	3.52	1.48	السادسة
2	أحب أن أبدو وسيماً وأنيقاً في كل الأوقات	3.59	1.49	الرابعة
3	أنا شخص جذاب	3.53	1.32	الخامسة
4	أنا مثقل بأوجاع والآلام	2.89	1.38	الرابعة عشرة
5	اعتبر نفسي شخصاً عاطفياً	3.64	1.39	الثالثة
6	أنا شخص مريض	2.45	1.54	الثامنة عشرة
7	لست بدينياً جداً أو نحيفاً جداً	3.31	1.59	التاسعة
8	لست طويلاً جداً أو قصيراً جداً	3.44	1.45	الثامنة
9	أحب مظهري أن يكون بنفس للطريقة التي هو عليها	3.65	1.46	الثانية
10	لا أشعر إنني على ما يرام كما يجب	2.96	1.38	الثالثة عشرة
11	بودي أن أغير بعض الأجزاء من جسمي	2.57	1.53	السابعة عشرة
12	يجب أن يكون لدي جانبية أكثر	3.03	1.32	الحادية عشرة
13	اعتلي بنفسي جيداً من الناحية البدنية	3.45	1.50	السابعة
14	أشعر إنني على ما يرام معظم الوقت	3.23	1.24	العاشر
15	أحاول أن أهتم بمظهري	3.89	1.45	الأولى
16	مستوى أدائي الرياضي ضعيف	2.68	1.37	السادسة عشرة
17	غالباً ما أتصرف كما لو كنت غير ماهر	2.97	1.31	الثانية عشرة
18	لومي قليل	2.71	1.27	الخامسة عشرة
	المجال ككل	3.19	0.51	-

• الدرجة العظمى من (5)

يبين الجدول (4) أن الفقرة رقم (15) والتي نصت على "أحاول أن أهتم بمظهري" قد

احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.89) وانحراف معياري (1.45)، وجاءت الفقرة رقم

(9) والتي كان نصها "أحب مظهري أن يكون بنفس للطريقة التي هو عليها" بالمرتبة الثانية

بمتوسط حسابي (3.65) والانحراف المعياري (1.46)، بينما احتلت الفقرة رقم (6) والتي نصت على " أنا شخص مريض " المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.45) وانحراف معياري (1.54)، وقد بلغ المتوسط للحسابي لتقديرات الطالبات على هذا المجال ككل (3.19) والانحراف المعياري (0.51)، وهو يقابل تقدير درجة تتطبق أحياناً وأحياناً أخرى لا تتطبق، يظهر مما سبق أن مستوى مفهوم الذات كان متوسطاً، حيث يعبر مفهوم الذات عن فكرة الشخص عن نفسه وتقييمه لخصائصه الشخصية واتجاهاته ووضعه الاجتماعي، كما تمثل صورة الجسم أهمية كبيرة بالنسبة لصورة الفرد عن ذاته ومفهومه عنها مثل شعوره بامتلاكه جسماً سليماً، وظهوره بمظهر وسيم وأنيق في كل الأوقات ومحاولته أن يهتم بمظهره، أما بالنسبة للفقرة (6) التي نصت على " أنا شخص مريض" فحن نرى دائماً بأنه لا أحد يعترف بمشاكله المرضية ويحاول أن يظهر بأحسن حال خاصة إذا كان الشخص رياضي وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه أبو حليلة (1989) التي أشارت نتائجها إلى أن البرنامج يؤثر في الذات البدنية، وتختلف هذه للنتائج مع ما توصل إليه أبو شمة (1995)، بأنه لا توجد فروق دالة إحصائية عند لاعبي كرة السلة تعزى لمتغير درجة الممارسة.

المجال الثاني: مجال الذات الأخلاقية:

كانت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على فقرات هذا

المجال، كما هي موضحة في جدول (5).

جدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الأخلاقية

الرقم	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتبة
19	أنا شخص مهذب	3.69	1.55	الثانية
20	أنا شخص متدين	3.30	1.26	السابعة
21	أنا شخص أمين	3.88	1.61	الأولى
22	أنا فاضل أخلاقياً	2.17	1.62	السابعة عشرة
23	أنا شخص سيء	2.43	1.57	الثالثة عشرة
24	أنا شخص ضعيف من الناحية الأخلاقية	2.22	1.63	الخامسة عشرة
25	أنا راضٍ عن سلوكي الأخلاقي	3.58	1.59	الرابعة
26	أنا متدين كما أريد أن أكون	3.13	1.34	العاشرة
27	أنا راضٍ عن صلتني بالله	3.40	1.55	السادسة
28	بودي أن أكون جديراً بالثقة أكثر من ذلك	3.05	1.39	الحادية عشرة
29	لا يجب أن أقول مثل هذه الأكاذيب للكثرة	3.23	1.45	للتاسعة
30	أنا مخلص نحو ديني في كل يوم من حياتي	2.74	1.49	الثانية عشرة
31	العمل ما هو صواب معظم الوقت	3.41	1.27	الخامسة
32	أحاول أن أتغير عندما أعرف أنني أقوم بأشياء خاطئة	3.24	1.13	للثامنة
33	أستخدم أحياناً وسائل غير مشروعة لشق طريقتي	3.66	1.42	الثالثة
34	أفعل أحياناً أشياء سيئة جداً	2.36	1.47	الرابعة عشرة
35	أجد صعوبة في أن أعمل ما هو صحيح	2.21	1.28	السادسة عشرة
	المجال ككل	3.03	0.39	-

• الدرجة العظمى من (5)

يبين الجدول (5) أن الفقرة رقم (21) والتي نصت على " أنا شخص أمين " قد احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.88) وانحراف معياري (1.61)، وجاءت الفقرة رقم (19) والتي كان نصها " أنا شخص مهذب " بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.69) وانحراف معياري (1.55)، بينما احتلت الفقرة رقم (22) والتي نصت على " أنا فاشل أخلاقياً " المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.17) وانحراف معياري (1.62)، وقد بلغ للمتوسط الحسابي لتقديرات الطالبات على هذا المجال ككل (3.03) وانحراف معياري (0.39)، وهو يقابل التقدير بدرجة تتطبق أحياناً وأحياناً أخرى لا تتطبق، وقد لاحظت للباحثة أن العادات والتقاليد والقيم الاجتماعية والدين كان لها التأثير الأكبر على الطالبات وعلى سلوكهن وتعاملهن مع الآخرين، وذلك يعكس أثر التربية والسلوك والبيت ، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة جرار (2005)، في أن هناك فروق بين القياس القبلي والبعدي على مجالات الذات الأخلاقية.

المجال الثالث: مجال الذات الشخصية:

كانت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على فقرات هذا

المجال، كما هي موضحة في جدول (6).

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الشخصية

الرقم	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتبة
36	أنا شخص مرح	2.92	1.37	الثالثة عشرة
37	لدي قدر من ضبط النفس	3.52	1.42	الأولى
38	أنا شخص هادئ ومسلم	3.25	1.21	السابعة
39	أنا شخص حقود	3.36	1.33	الرابعة
40	أنا لا شيء	2.25	1.50	الثامنة عشرة
41	أفقد أعصابي	2.32	1.68	السابعة عشرة
42	أنا راضٍ بأن أكون كما أنا تماماً	3.01	1.28	الحادية عشرة
43	أنا أنيق كما أود أن أكون	3.27	1.43	السادسة
44	أنا لطيف تماماً كما يجب علي أن أكون	3.37	1.44	الثالثة
45	أنا لست الشخص الذي أود أن أكونه	3.41	1.47	الثانية
46	أحتقر نفسي	2.71	1.50	الخامسة عشرة
47	أرغب في ألا أستسلم بسهولة كما أفعل	2.53	1.62	السادسة عشرة
48	أستطيع دائماً العناية بنفسى في أي وقت	3.08	1.45	التاسعة
49	أحل مشاكلي بسهولة تامة	3.31	1.35	الخامسة
50	أتحمل التآنيب عن أشياء دون أن أفقد أعصابي	3.13	1.10	الثامنة
51	أخبر رأيي كثيراً	2.95	1.31	الثانية عشرة
52	أفعل أشياء دون تفكير مسبق فيها	3.03	1.31	العاشر
53	أحاول أن أهرب من مشاكلي	2.72	1.30	الرابعة عشرة
	المجال ككل	3.01	0.42	-

• الدرجة العظمى من (5)

يبين الجدول (6) أن الفقرة رقم (37) والتي نصت على "لدي قدر من ضبط النفس " قد احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.52) وانحراف معياري (0.42)، وجاءت الفقرة رقم (45) والتي كان نصها " أنا لست الشخص الذي لود أن أكونه " بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.41) وانحراف معياري (1.47)، بينما احتلت الفقرة رقم (40) والتي نصت على "أنا لا شيء " المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.25) وانحراف معياري (1.50)، وقد بلغ المتوسط الحسابي لتقديرات الطالبات على هذا المجال ككل (3.01) وانحراف معياري (0.42)، وهو يقابل التقدير بدرجة تتطبق أحياناً وأحياناً أخرى لا تتطبق. ولاحظت الباحثة أن الطالبات بشكل عام راضيات عن شخصياتهن ويتعاملن بود وبلطف مع الآخرين ومحاولة الاعتماد على النفس وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه الحايك (2003)، حيث وجد أن هناك فروق ذات دلالة احصائية على مقياس مفهوم الذات وبالأخص الذات الشخصية.

المجال الرابع: مجال الذات الأسرية: ١٠

كانت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على فقرات هذا المجال، كما هي موضحة في جدول (7).

جدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الأسرية

الرقم	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتبة
54	لدي أسرة تساعدني دائماً في أي نوع من المشاكل	3.04	1.46	الرابعة عشرة
55	أنا شخص مهم بالنسبة لأسرتي وأصدقائي	3.22	1.48	الحادية عشرة
56	أنا عضو في أسرة سعيدة	3.55	1.42	الرابعة
57	أنا خير محبوب من أسرتي	3.57	1.44	الثالثة
58	أصدقائي لا يتقوا بي	2.24	1.67	السادسة عشرة
59	أشعر أن أسرتي لا تثق بي	2.23	1.56	السابعة عشرة
60	أنا راضٍ عن علاقتي الأسرية	2.07	1.56	الثامنة عشرة
61	أعمل ولدي كما يجب علي معاملتهما	3.31	1.55	العاشرة
62	لهم أسرتي تملأ كما يجب علي أن أكون لهم	3.52	1.42	السادسة
63	أنا حزين جداً لما نقوله أسرتي	3.50	1.44	الثامنة
64	يجب علي أن أثق في أسرتي أكثر من ذلك	3.66	1.41	الأولى
65	يجب أن أحب أسرتي أكثر من ذلك	3.07	1.47	الثالثة عشرة
66	أحاول أن أكون عادلاً مع أصدقائي وأسرتي	3.17	1.51	الثانية عشرة
67	أقوم بأداء نصيبي من العمل في المنزل	3.51	1.20	السابعة
68	أشعر باهتمام حقيقي نحو أسرتي	3.47	1.41	التاسعة
69	أشاور مع أسرتي	3.59	1.41	الثانية
70	أستقيم لوالدي	2.61	1.27	الخامسة عشرة
71	لا أتصرف بالطريقة التي ترضي أسرتي أنه يجب أن أتصرف بها	3.53	1.35	الخامسة
72		3.13	0.49	-

• الدرجة العظمى من (5)

يبين الجدول (7) أن الفقرة رقم (64) والتي نصت على " يجب علي أن أثق في أسرتي أكثر من ذلك " قد احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.66) وانحراف معياري (1.41)، وجاءت الفقرة رقم (69) والتي كان نصها " لتساجر مع أسرتي " بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.59) وانحراف معياري (1.41)، بينما احتلت الفقرة رقم (60) والتي نصت على " أنا راضٍ عن علاقتي الأسرية " المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.07) وانحراف معياري (1.56)، وقد بلغ المتوسط الحسابي لتقديرات الطالبات على هذا المجال ككل (3.13) وانحراف معياري (0.49)، وهو يقابل التقدير بدرجة تتطبق أحياناً وأحياناً أخرى لا تتطبق، وترى الباحثة أن الأفكار والمشاعر والاتجاهات التي يكونها الفرد عن نفسه ويصف بها ذاته، هي نتاج أنماط التنشئة الأسرية والاجتماعية والتفاعل الاجتماعي وأساليب، الثواب والعقاب، ولعل أهم هذه المصادر لسلبيات للتنشئة الأسرية والتناقضات والفروق الفكرية بين الكبار والصغار يؤدي إلى المشاجرات والخلافات في وجهات النظر في أي موضوع يطرح للنقاش، وبشكل عام عدم الرضى عن العلاقات الاسرية وهذا يتفق مع دراسة جرار (2005) في وجود فروق في الذات الأخلاقية.

المجال الخامس: مجال الذات الاجتماعية:

كانت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على فقرات هذا

المجال، كما هي موضحة في جدول (8).

جدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الاجتماعية

الترتيب	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتبة
72	أنا شخص ونود	2.68	1.35	السادسة عشرة
73	أنا مشهور بين النساء	3.48	1.45	الثالثة
74	أنا شخص مشهور بين الرجال	3.22	1.26	الثامنة
75	أنا غاضب من العالم كله	2.71	1.37	الرابعة عشرة
76	لا أهتم بما يفعله الآخرون	3.07	1.32	التاسعة
77	من الصعب مصانفتي	2.31	1.52	الثامنة عشرة
78	أنا اجتماعي كما أود أن أكون	3.39	1.21	السادسة
79	أنا راضٍ عن الطريقة التي أحمل بها الآخرين	3.53	1.35	الثانية
80	أحاول أن أرضي الآخرين ولكني لا أبلغ بتلك	3.31	1.25	السابعة
81	يجب أن أكون أكثر كذباً بالنسبة للآخرين	2.85	1.46	الحادية عشرة
82	لست صالحاً من وجهة النظر الاجتماعية	2.55	1.52	المسابعة عشرة
83	ينبغي أن أتعامل بصورة أفضل مع الآخرين	2.70	1.39	الخامسة عشرة
84	أحاول أن أهتم وجهة نظر الزملاء الآخرين	3.42	1.23	الخامسة
85	أرى جوانب حسنة في كل من التقيت بهم من الناس	3.44	1.11	الرابعة
86	أتعامل في سر مع الآخرين	3.60	1.19	الأولى
87	لا أشعر بالراحة مع بقية الناس	2.98	1.14	العاشرة
88	لا أسامح الآخرين بسهولة	2.84	1.40	الثانية عشرة
89	أجد صعوبة في التحدث مع الغرباء	2.73	1.34	الثالثة عشرة
90		3.06	0.47	-

• الدرجة العظمى من (5)

يبين الجدول (8) أن الفقرة رقم (86) والتي نصت على "أتعامل ببسر مع الآخرين" قد احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.60) وانحراف معياري (1.19)، وجاءت الفقرة رقم (79) والتي كان نصها "أنا راضٍ عن الطريقة التي أعامل بها الآخرين" بالمرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (3.53) وانحراف معياري (1.35)، بينما احتلت الفقرة رقم (77) والتي نصت على "من الصعب مصادفتي" المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.31) وانحراف معياري (1.52)، وقد بلغ المتوسط الحسابي لتقديرات الطالبات على هذا المجال ككل (3.06) وانحراف معياري (0.47)، وهو يقابل التقدير بدرجة تنطبق أحياناً وأحياناً أخرى لا تنطبق. وتلاحظ الباحثة أن الطالبات بشكل عام غير منعزلات ويتعاملن مع الآخرين ببسر مع احترام المتبادل والثقة ومحاولة تفهم من تتعامل معهم، وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه حلمي وعيد (1992)، التي أشارت نتائجهم إلى وجود فروق في أبعاد الذات الاجتماعية.

المجال السادس: مجال نقد الذات:

كانت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على فقرات هذا

المجال، كما هي موضحة في جدول (9).

جدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال نقد الذات

الرقم	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتبة
90	لا أئول لصنق دائماً	2.62	1.24	الثامنة
91	أحياناً أفكر في أشياء سيئة جداً لا يصح الحديث عنها	2.53	1.54	التاسعة
92	يعتريني الغضب أحياناً	3.20	1.27	الثالثة
93	أحياناً عندما أكون على غير ما يرام ينتابني الضيق	3.24	1.35	الثانية
94	لا أحب كل من أعرفهم	2.93	1.42	السادسة
95	أروج الشائعات قليلاً في بعض الأحيان	2.39	1.55	العاشره
96	اضحك أحياناً من النكت التي قد تخرج عن حدود اللباقة	3.04	1.48	للخامسة
97	أشعر أحياناً برغبة السب	2.79	1.52	السابعة
98	أفضل الفوز على الهزيمة في اللعب	3.72	1.39	الأولى
99	أحياناً أؤجل عمل اليوم إلى الغد	3.15	1.25	الرابعة
	100	2.96	0.60	-

• الدرجة العظمى من (5)

يبين الجدول (9) أن الفقرة رقم (98) والتي نصت على "أفضل الفوز على الهزيمة في اللعب"

قد احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.72) وانحراف معياري (1.39)، وجاءت الفقرة

رقم (93) والتي كان نصها "أحياناً عندما أكون على غير ما يرام ينتابني الضيق" بالمرتبة

الثانية بمتوسط حسابي (3.24) وانحراف معياري (1.35)، بينما احتلت الفقرة رقم (95) والتي نصت على " أروج للشائعات قليلاً في بعض الأحيان " المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.39) وانحراف معياري (1.55)، وقد بلغ المتوسط الحسابي لتقديرات الطالبات على هذا المجال ككل (2.96) وانحراف معياري (0.60)، وهو يقابل للتقدير بدرجة لا تنطبق على غالباً، وهذا يشير لمستوى متوسط لمفهوم الذات ونشير إلى درجة متوسطة في التزام الطالبات بالأخلاقيات والمبادئ العامة وهذا يعكس قدرة الطالبة على إدراك مواطن الضعف في نفسها .

المجال السابع: مجال الذات الواقعية:

كانت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على فقرات هذا المجال، كما هي موضحة في جدول (10).

جدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الواقعية

الرقم	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتبة
1	امتلك جسماً جميلاً	3.52	1.49	التاسعة
2	أحب أن أبدو وسيماً وأنيقاً في كل الأوقات	3.59	1.49	الرابعة
3	أنا شخص جذاب	3.53	1.32	الثامنة
4	أنا مقل بأوجاع والآلام	2.89	1.38	ثلاثة عشرة
5	أعتبر نفسي شخصاً عاطفياً	3.64	1.39	الثالثة
6	أنا شخص مريض	2.45	1.54	الواحدة والعشرون
19	أنا شخص مهذب	3.69	1.55	الثانية
20	أنا شخص متين	3.30	1.26	الحادية عشرة
21	أنا شخص أمين	3.88	1.61	الأولى
22	أنا فاضل أخلاقياً	2.17	1.62	الثامنة والعشرون
23	أنا شخص سيئ	2.43	1.57	الثانية والعشرون
24	أنا شخص متعصب من الفلحة الأخلاقية	2.22	1.63	السابعة والعشرون
37	لدي قدر من ضبط النفس	3.54	1.42	السابعة
38	أنا شخص هادئ وسلمي	3.25	1.21	الثالثة عشرة
39	أنا شخص حقود	3.36	1.33	العاشر
40	أنا لا شيء	2.25	1.50	الرابعة والعشرون
41	لقدت أعضائي	2.32	1.68	الثالثة والعشرون
42	أنا واثق بأن أكون كما أنا تماماً	3.01	1.28	السابعة عشرة
54	لدي أسرة تضايقني دائماً في أي نوع من المشاكل	3.04	1.46	الثامنة عشرة
55	أنا شخص مهم بالنسبة لأسرتي وأصدقائي	3.22	1.48	الرابعة عشرة
56	أنا عضو في أسرة سعيدة	3.55	1.42	السادسة
57	أنا غير محبوب من أسرتي	3.57	1.44	الثامنة
58	أصدقائي لا يتقاربون بي	2.24	1.67	السادسة والعشرون
59	أشعر أن أسرتي لا تتقرب بي	2.23	1.56	الثامنة والعشرون
60	أنا راضٍ عن علاقتي الأسرية	2.07	1.56	الثامنة والعشرون
81	أحياناً أفكر في أشياء سيئة جداً لا يصح الحديث عنها	2.53	1.54	العشرون
92	يمتلئني الغضب أحياناً	3.20	1.27	الخامسة عشرة

93	أحياناً عندما أكون على غير ما يرام يفتأني الضيق	3.24	1.35	الثلاثة عشرة
94	لا أحب كل من أحرفهم	2.93	1.42	الثلاثة عشرة
	المجال ككل	3.05	0.51	-

• الدرجة المعظمى من (5)

يبين الجدول (10) أن الفقرة رقم (21) والتي نصت على " أنا شخص أمين " قد احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.88) وانحراف معياري (1.61)، وجاءت الفقرة رقم (19) والتي كان نصها " أنا شخص مهذب " بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.69) وانحراف معياري (1.55)، بينما احتلت الفقرة رقم (60) والتي نصت على " أنا راضٍ عن علاقتي الأسرية " المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.07) وانحراف معياري (1.56)، وقد بلغ المتوسط الحسابي لتقديرات اللطالبات على هذا المجال ككل (3.05) وانحراف معياري (0.51)، وهو يقابل للتقدير بدرجة لا تتطبق علي غالباً. ويظهر مما سبق أن مستوى مفهوم الذات الواقعية لدى اللطالبات كانت متوسطة، حيث يعبر مفهوم الذات عن فكرة للشخص عن نفسه وتقييمه لخصائصه الشخصية واتجاهاته، كما تمثل صورة الجسم أهمية كبيرة بالنسبة لصورة الفرد عن ذاته ومفهومه عنها مثل شعوره بامتلاكه جسماً جميلاً، وقد تعزى هذه النتيجة إلى إن الذات الواقعية تدل على الواقع الذي تعيشه اللاتبات في الأردن وخاصة بما يفتأه من مصاعب.

المجال الثامن: مجال تقبل الذات:

كانت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على فقرات هذا المجال، كما هي موضحة في جدول (11).

جدول (11)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال تقبل الذات

الترقيم	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتبة
7	لمت دينياً جداً أو روحياً جداً	3.32	1.59	الثلاثة عشرة
8	لمت طويلاً جداً أو قصيراً جداً	3.44	1.45	الثامنة
9	أحب مظهري أن يكون بنفس الطريقة التي هو عليها	3.65	1.46	الثلاثة
10	لا أشعر أنني على ما يرام كما يجب	2.96	1.38	السادسة والعشرون
11	بردي أن أغير بعض الأجزاء من جسمي	2.57	1.53	الثانية والثلاثون
12	يجب أن يكون لدي جاذبية أكثر	3.03	1.32	الخامسة والعشرون
25	أنا راض عن سلوكي الأخلاقي	3.58	1.59	الرابعة
26	أنا متدين كما أريد أن أكون	3.13	1.34	العشرون
27	أنا راض عن صلاتي بالله	3.40	1.55	الحادية عشرة
28	بردي أن أكون جديراً بالثقة أكثر من ذلك	3.05	1.39	الرابعة والعشرون
29	لا يجب أن أقول مثل هذه الأكاذيب الكثيرة	3.23	1.45	السابعة عشرة
30	أنا مغفص نحو ديني في كل يوم من حياتي	2.74	1.49	الثلاثون
31	أنا أتفق كما أود أن أكون	3.27	1.43	السادسة عشرة
44	أنا لطيف تماماً كما يجب علي أن أكون	3.37	1.44	الثانية عشرة
45	أنا لمست الأشخاص الذي أود أن أكونه	3.41	1.47	العشرة
46	أعترف نفسي	2.71	1.50	الثلاثة والعشرون
47	أرغب في ألا أتعلم بسهولة كما أفعل	2.53	1.62	الرابعة والثلاثون
48	أستطيع دائماً المثالية بنفس في أي وقت	3.08	1.45	الواحد والعشرون
61	أعمل والذي كما يجب علي ممتلكتهما	3.31	1.55	الرابعة عشرة
62	لهم أسرتي تماماً كما يجب علي أن أكون	3.52	1.42	السادسة
63	أنا حسان جداً لما أقوله لأسرتي	3.50	1.44	السابعة
64	يجب علي أن أثق في أسرتي أكثر من ذلك	3.66	1.41	الثانية
65	يجب أن أحب أسرتي أكثر من ذلك	3.07	1.47	الثانية والعشرون
66	أحاول أن أكون عادلاً مع أصدقائي وأسرتي	3.17	1.51	الثامنة عشرة
79	أنا راض عن الطريقة التي أعمل بها الآخرين	3.53	1.35	الخامسة
80	أحاول أن أؤمن الآخرين ولكني لا أبلغ بذلك	3.30	1.25	الخامسة عشرة
81	يجب أن أكون أكثر أدباً بالنسبة للآخرين	2.85	1.46	السابعة والعشرون
82	لمت صالحاً من وجهة النظر الاجتماعية	2.55	1.52	الثالثة والثلاثون
83	يلبني أن أعمل بصورة أفضل مع الآخرين	2.70	1.39	الواحد والثلاثون
84	أحاول أن أفهم وجهة نظر الزملاء الآخرين	3.42	1.23	الثامنة
95	أروج الشائعات قليلاً في بعض الأحيان	2.39	1.55	الخامسة والثلاثون
96	أضحك أحياناً من الفكاهة التي قد تخرج عن حدود اللياقة	3.04	1.48	الثالثة والعشرون
97	أشعر أحياناً برغبة السب	2.79	1.52	الثامنة والعشرون
98	أفضل الفوز على الهزيمة في التنس	3.72	1.39	الأولى
99	أحياناً أوجل حمل اليوم إلى الند	3.15	1.25	الثامنة عشرة
-	المجال ككل	2.89	0.47	-

• الدرجة العظمى من (5)

يبين الجدول (11) أن الفقرة رقم (98) والتي نصت على "أفضل الفوز على الهزيمة في اللعب" قد احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.72) وانحراف معياري (1.39)، وجاءت الفقرة رقم (64) والتي كان نصها "يجب علي أن أثق في أسرتي أكثر من ذلك" بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.66) وانحراف معياري (1.41)، بينما احتلت الفقرة رقم (95) والتي نصت على "أروج للشائعات قليلاً في بعض الأحيان" للمرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.39) وانحراف معياري (1.55)، وقد بلغ للمتوسط الحسابي لتقديرات الطالبات على هذا المجال ككل (2.99) وانحراف معياري (0.47)، وهو يقابل التقدير بدرجة لا تنطبق علي غالباً. ويظهر مما سبق أن لكل فرد ذاته الخاصة التي يحافظ عليها ويحاول التمتع بها، حيث أن الأفكار والمشاعر والاتجاهات التي يكونها الفرد عن نفسه ويصف بها ذاته، هي نتاج أنماط التنشئة الأسرية والاجتماعية والتفاعل الاجتماعي وأساليب الثواب والعقاب، ولعل أهم هذه المصادر أساليب التنشئة الأسرية، كما أن الخصائص الجسمية للشخص لها دور في تقبل الذات لدى لاعبات الجمباز والسباحة.

المجال التاسع: مجال الذات الإدراكية:

كانت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على فقرات هذا المجال، كما هي موضحة في جدول (12).

جدول (12)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات على مجال الذات الإدراكية

الرقم	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتبة
13	أعطني بنفسى جيداً من الناحية القبلية	3.45	1.50	الثامنة
14	أشعر أنني على ما يرام معظم الوقت	3.23	1.24	الخامسة عشرة
15	أحاول أن أهتم بمنظوري	3.89	1.45	الأولى
16	مستوى أدائي الرياضي ضعيف	2.68	1.37	الواحد والثلاثون
17	عالمياً ما أتمسك كما لو كنت غير ماهر	2.97	1.31	الثانية والعشرون
18	أرسي قليل	2.71	1.27	الثامنة والعشرون
31	أفعل ما هو صواب معظم الوقت	3.41	1.27	الخامسة عشرة
32	أحاول أن أغير عندما أحرف أنني أقوم بشيء خاطئ	3.24	1.13	الرابعة عشرة
33	أستخدم أحياناً وسائل غير مشروعة لأشق طريقى	3.66	1.42	الثانية
34	أفعل أحياناً أشياء سيئة جداً	2.36	1.47	الرابعة والثلاثون
35	أجد صعوبة في أن أفعل ما هو صحيح	2.21	1.28	السادسة والثلاثون
36	أنا شخص مرح	2.92	1.37	الرابعة والعشرون
49	أحاول مشاكلتي بسهولة تامة	3.31	1.35	الثالثة عشرة
50	أتحمل اللاتكيب عن أشياء دون أن أفقد أعصابي	3.13	1.10	الثامنة عشرة
51	أخبر رأيي كثيراً	2.95	1.31	الثالثة والعشرون
52	أفعل أشياء دون تفكير مسبق فيها	3.03	1.31	العشرون
53	أحاول أن أهرب من مشاكلتي	2.72	1.30	السادسة والعشرون
67	أقوم بأداء نصيبي من العمل في المنزل	3.51	1.20	السادسة
68	أشعر باهتمام حقيقي نحو أسرتي	3.47	1.41	الثامنة
69	أحتاج مع أسرتي	3.59	1.41	الرابعة
70	أستلم لوالدي	2.61	1.27	الثالثة والثلاثون
71	لا أتمسك بالطريقة التي ترى أسرتي أنه يجب أن أتمسك بها	3.63	1.35	الخامسة
72	أنا شخص ودود	2.69	1.35	الثلاثون
73	أنا مشهور بين النساء	3.48	1.45	السادسة
74	أنا شخص مشهور بين الرجال	3.22	1.26	السادسة عشرة
75	أنا خاطب من العالم كله	2.70	1.37	للتاسعة والعشرون
76	لا أهتم بما يفعله الآخرون	3.07	1.32	الثامنة عشرة
77	من الصعب مصداقتي	2.31	1.52	الخامسة والثلاثون
78	أنا اجتماعي كما أود أن أكون	3.39	1.21	الثانية عشرة
85	أرى جوانب حسنة في كل من التقيت بهم من الناس	3.44	1.11	العاشر
86	أشامل في يدي مع الآخرين	3.60	1.19	الثالثة
87	لا أشعر بالراحة مع بقية الناس	2.98	1.14	الواحد والعشرون
88	لا أستطيع الآخرين بسهولة	2.84	1.40	الخامسة والعشرون
89	أجد صعوبة في التحدث مع الغرباء	2.73	1.34	السادسة والعشرون
90	لا أقول الصدق دائماً	2.62	1.24	الثانية والثلاثون
99	أحياناً أؤجل عمل اليوم إلى غداً	3.15	1.25	السادسة عشرة
	المجال ككل	3.02	0.43	-

• الدرجة العظمى من (5)

يبين الجدول (12) أن الفقرة رقم (15) والتي نصت على "أحاول أن أهتم بمظهري" قد احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.89) وانحراف معياري (1.45)، وجاءت الفقرة رقم (33) والتي كان نصها "أستخدم أحياناً وسائل غير مشروعة لشق طريقي" بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.66) وانحراف معياري (1.42)، بينما احتلت الفقرة رقم (35) والتي نصت على "أجد صعوبة في أن أفعل ما هو صحيح" المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.21) وانحراف معياري (1.28)، وقد بلغ المتوسط الحسابي لتقديرات الطالبات على هذا المجال ككل (3.02) وانحراف معياري (0.43)، وهو يقابل التقدير بدرجة لا تنطبق على غالباً. وتمثل مفهوم الذات الإدراكية باهتمام الشخص بنفسه وبمظهره وبأسرته وأداء مهامه وواجباته نحو أسرته، واهتمامه بنفسه والعناية بها في أي وقت، كما يؤثر النور الاجتماعي في مفهوم الذات الإدراكية حيث تنمو صورة للذات خلال التفاعل الاجتماعي وذلك أثناء وضع الفرد في سلسلة من الأدوار الاجتماعية، وإثاء تحرك الفرد في إطار البناء الاجتماعي الذي يعيش فيه ومحاولته لفهم وجهات نظر الزملاء الآخرين.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

نص السؤال الثاني على: "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha > 0.05$) بين تقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات تعزى لمتغير المساق (جمباز، سباحة)؟".

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات الجمباز

والسباحة على تنمية مفهوم الذات حسب متغير المساق على مجالات الدراسة والأداة الكلية،
حيث كانت كما هي موضحة في الجدول (13)

جدول (13)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات طالبات كليات التربية

الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات

على مجالات الدراسة حسب متغير المساق

الرقم	المجال	- المساق	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	الذات الواقعية	جمباز	79	3.08	0.58
		سباحة	71	3.00	0.61
2	تقبل الذات	جمباز	79	3.02	0.51
		سباحة	71	2.96	0.57
3	الذات الامرلية	جمباز	79	3.06	0.53
		سباحة	71	2.98	0.57
4	الذات البدنية	جمباز	79	3.29	0.53
		سباحة	71	3.09	0.46
5	الذات الأخلاقية	جمباز	79	3.04	0.44
		سباحة	71	3.03	0.34
6	الذات الشخصية	جمباز	79	3.04	0.48
		سباحة	71	2.99	0.36
7	الذات الأسرية	جمباز	79	3.14	0.54
		سباحة	71	3.13	0.46
8	الذات الاجتماعية	جمباز	79	3.10	0.56
		سباحة	71	3.02	0.37
9	نقد الذات	جمباز	79	3.02	0.61
		سباحة	71	2.90	0.60
	المقياس الكلي	جمباز	79	3.11	0.40
		سباحة	71	3.04	0.28

يبين الجدول (13) أن هناك فروقاً ظاهرية بين متوسطات تقديرات الطالبات على مجالات للدراسة الأداة للكلية، ولتحديد مستويات الدلالة الإحصائية لتلك الفروق، تم استخدام اختبار (ت)، كما هو موضح في الجدول (14).

جدول (14)

نتائج اختبار (ت) للفروق بين تقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأكثر مسافات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات تعزى لمتغير المساق

المجال	المساق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة الإحصائية
الذات الواقعية	جمباز	3.08	0.58	148	0.958	0.336
	سباحة	3.00	0.61			
تقبل الذات	جمباز	3.02	0.51	148	0.729	0.391
	سباحة	2.96	0.57			
الذات الادراكية	جمباز	3.06	0.53	148	0.869	0.349
	سباحة	2.98	0.57			
الذات البدنية	جمباز	3.29	0.53	148	2.746	*0.014
	سباحة	3.09	0.46			
الذات الأخلاقية	جمباز	3.04	0.44	148	0.183	0.855
	سباحة	3.03	0.34			
الذات الشخصية	جمباز	3.04	0.48	148	0.699	0.486
	سباحة	2.99	0.36			
الذات الأسرية	جمباز	3.14	0.54	148	0.117	0.907
	سباحة	3.13	0.46			
الذات الاجتماعية	جمباز	3.10	0.56	148	1.031	0.304
	سباحة	3.02	0.37			
نقد الذات	جمباز	3.02	0.61	148	1.204	0.231
	سباحة	2.90	0.60			
المقياس الكلي	جمباز	3.11	0.40	148	1.328	0.186
	سباحة	3.04	0.28			

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \Rightarrow 0.05$)

يبين الجدول (14) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha > 0.05$) عند جميع مجالات الدراسة والأداة الكلية تعزى لمتغير مستوى المساق ما عدا عند مجال الذات البدنية حيث كانت للفروق لصالح مساق الجمباز. وربما يعود السبب في ذلك إلى تمتع طالبات الجمباز بقدرات بدنية عالية مما أعطاهن تصور إيجابي عن ذواتهن البدنية وهذا أدى إلى بروز مفهوم ذات بدنية أعلى من ذات طالبات السباحة، أيضا على اعتبار أن لعبة الجمباز لعبة نسوية أكثر من السباحة لوجود الجمباز الإيقاعي مثلا والحركات التي بحاجة إلى مرونة ورشاقة أكثر وهذه الصفات موجودة أكثر عند الطالبات وأيضا لما تتمتع به هذه الفعالية من تعدد للمهارات التي يمكن أن تمارس على بساط الأرض أو على الأجهزة أو في الهواء وان أجهزة الجمباز متوفرة وتلائم جميع المراحل العمرية وفي هذه الفعالية ترى الطالبة نفسها وهي تقوم بأداء المهارات وتلاحظ جمالية جسمها ليس كما لو كان جسمها في وسط الماء. ورياضة الجمباز تعتبر من الرياضات الشعبية مقارنة بالسباحة، لأن معظم الساحات بمدارسنا يمكن أن تتواجد بها بعض الأجهزة المتعلقة بالجمباز بينما رياضة السباحة من النادر أن نجد مدرسة فيها مسبح وهذا ما يعزز مكانة الجمباز لدى الطالبات وينعكس أيضا على مفهوم الذات لديهن، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة إسماعيل (1982) والتي أشارت إلى وجود علاقة ايجابية بين مفهوم الذات ومستوى الأداء في الجمباز.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

نص السؤال الثالث على : "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha > 0.05$) بين تقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات

الأردنية لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات تعزى لمتغير السنة الدراسية؟.

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات حسب متغير السنة الدراسية على مجالات الدراسة والأداة الكلية، حيث كانت كما هي موضحة في الجدول (15).

جدول (15)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطالبات لأثر مساقات الجمبال والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية على مجالات الدراسة حسب متغير

السنة الدراسية

الرقم	المجال	السنة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	الذات البدنية	سنة أولى	37	2.70	0.47
		سنة ثانية	60	3.19	0.37
		سنة ثالثة	38	3.47	0.35
		سنة رابعة	15	3.76	0.37
2	الذات الأخلاقية	سنة أولى	37	2.73	0.32
		سنة ثانية	60	2.99	0.26
		سنة ثالثة	38	3.26	0.34
		سنة رابعة	15	3.39	0.50
3	الذات الشخصية	سنة أولى	37	2.68	0.30
		سنة ثانية	60	2.94	0.30
		سنة ثالثة	38	3.24	0.35
		سنة رابعة	15	3.56	0.50
4	الذات الأسرية	سنة أولى	37	2.65	0.50
		سنة ثانية	60	3.20	0.39
		سنة ثالثة	38	3.36	0.31
		سنة رابعة	15	3.55	0.40
5	الذات الاجتماعية	سنة أولى	37	2.67	0.44
		سنة ثانية	60	3.05	0.29
		سنة ثالثة	38	3.27	0.41
		سنة رابعة	15	3.59	0.56
6	نقد الذات	سنة أولى	37	2.81	0.52
		سنة ثانية	60	2.74	0.49
		سنة ثالثة	38	3.15	0.62
		سنة رابعة	15	3.74	0.43
7	الذات الواقعية	سنة أولى	37	2.64	0.48

0.42	2.68	60	سنة ثالثة		
0.45	2.97	38	سنة ثالثة		
0.37	3.57	15	سنة رابعة		
0.62	2.60	37	سنة أولى	تقبل الذات	8
0.51	2.67	60	سنة ثالثة		
0.57	2.99	38	سنة ثالثة		
0.54	3.65	15	سنة رابعة		
0.52	2.51	37	سنة أولى	الذات الإدراكية	9
0.57	2.63	60	سنة ثالثة		
0.47	3.08	38	سنة ثالثة		
0.43	3.68	15	سنة رابعة		
0.25	2.70	37	سنة أولى	المقياس الكلي	
0.17	3.04	60	سنة ثالثة		
0.19	3.30	38	سنة ثالثة		
0.32	3.59	15	سنة رابعة		

يبين الجدول (15) أن هناك فروقاً ظاهرية بين متوسطات تقديرات الطالبات على

مجالات الدراسة والأداة الكلية، ولتحديد مستويات الدلالة الإحصائية لتلك الفروق، تم استخدام

اختبار تحليل التباين الأحادي، كما هو موضح في الجدول (16).

جدول (16)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين تقديرات للطالبات لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية على مجالات الدراسة حسب متغير السنة الدراسية

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة الإحصائية
الذات البدنية	بين المجموعات	16.635	3	5.545	36.454	*0.000
	داخل المجموعات	22.208	146	0.152		
	الكلية	38.843	149			
الذات الأخلاقية	بين المجموعات	7.378	3	2.459	22.924	*0.000
	داخل المجموعات	15.662	146	0.107		
	الكلية	23.040	149			
الذات الشخصية	بين المجموعات	10.829	3	3.610	32.126	*0.000
	داخل المجموعات	16.404	146	0.112		
	الكلية	27.233	149			
الذات الأسرية	بين المجموعات	13.287	3	4.429	27.129	*0.000
	داخل المجموعات	23.835	146	0.163		
	الكلية	37.122	149			
الذات الاجتماعية	بين المجموعات	11.442	3	3.814	24.822	*0.000
	داخل المجموعات	22.432	146	0.154		
	الكلية	33.874	149			
لقد الذات	بين المجموعات	14.130	3	4.710	16.944	*0.000
	داخل المجموعات	40.586	146	0.278		
	الكلية	54.716	149			
الذات الواقعية	بين المجموعات	15.325	3	5.108	20.936	*0.000

		0.244	146	35.624	داخل المجموعات	
			149	50.949	الكلية	
*0.000	22.121	6.008	3	18.024	بين المجموعات	تقبل الذات
		0.272	146	39.654	داخل المجموعات	
			149	57.678	الكلية	
*0.000	20.618	4.526	3	13.578	بين المجموعات	الذات الإدراكية
		0.220	146	32.049	داخل المجموعات	
			149	45.627	الكلية	
*0.000	77.836	3.723	3	11.169	بين المجموعات	المقاييس الكلية
		0.478	146	6.984	داخل المجموعات	
			149	18.153	الكلية	

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \rightarrow 0.05$)

يبين الجدول (16) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \rightarrow$)

0.05) عند جميع مجالات الدراسة والأداة الكلية تعزى لمتغير السنة الدراسية حسب تقديرات

الطلاب، ولتحديد مستويات ومصادر تلك الفروق تم استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) كما

هو موضح في جدول (17) .

جدول (17)

نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للفروق بين تقديرات الطالبات على مجالات الدراسة والأداة الكلية
حسب متغير السنة الدراسية

السنة الدراسية	سنة أولى	سنة ثانية	سنة ثالثة	سنة رابعة	المجال
المتوسط الحسابي	2.70	3.19	3.47	3.76	
سنة أولى		0.49	0.77	*1.06	الذات البدنية
سنة ثانية			0.28	0.57	
سنة ثالثة				0.29	
سنة رابعة					
السنة الدراسية	سنة أولى	سنة ثانية	سنة ثالثة	سنة رابعة	المجال
المتوسط الحسابي	2.73	2.99	3.26	3.39	
سنة أولى		0.26	0.53	*0.66	الذات الأخلاقية
سنة ثانية			0.27	0.40	
سنة ثالثة				0.13	
سنة رابعة					
السنة الدراسية	سنة أولى	سنة ثانية	سنة ثالثة	سنة رابعة	المجال
المتوسط الحسابي	2.68	2.94	3.24	3.56	
سنة أولى		0.26	0.56	*0.88	الذات الشخصية
سنة ثانية			0.30	0.62	
سنة ثالثة				0.32	
سنة رابعة					
السنة الدراسية	سنة أولى	سنة ثانية	سنة ثالثة	سنة رابعة	المجال
المتوسط الحسابي	2.65	3.20	3.36	3.55	
سنة أولى		0.55	0.71	*0.90	الذات الأسرية
سنة ثانية			0.16	0.35	
سنة ثالثة				0.19	
سنة رابعة					
السنة الدراسية	سنة أولى	سنة ثانية	سنة ثالثة	سنة رابعة	المجال
المتوسط الحسابي	2.67	3.05	3.27	3.59	
سنة أولى		0.38	0.60	*0.92	الذات الاجتماعية
سنة ثانية			0.22	0.54	
سنة ثالثة				0.32	

				3.59	سنة رابعة	
					السنة الدراسية	
سنة رابعة	سنة ثالثة	سنة ثانية	سنة أولى	المتوسط الحسابي		المجال
3.74	3.15	2.74	2.81			
*0.93	0.34	0.07		2.81	سنة أولى	
*1.00	0.41			2.74	سنة ثانية	
0.59				3.15	سنة ثالثة	
				3.74	سنة رابعة	
						لقد الذات
سنة رابعة	سنة ثالثة	سنة ثانية	سنة أولى		السنة الدراسية	
3.57	2.97	2.68	2.64	المتوسط الحسابي		المجال
*0.93	0.33	0.04		2.64	سنة أولى	
*0.89	0.29			2.68	سنة ثانية	
0.60				2.97	سنة ثالثة	
				3.57	سنة رابعة	
						الذات الواقعية
سنة رابعة	سنة ثالثة	سنة ثانية	سنة أولى		السنة الدراسية	
3.65	2.99	2.67	2.60	المتوسط الحسابي		المجال
*1.05	0.39	0.07		2.60	سنة أولى	
*0.98	0.32			2.67	سنة ثانية	
0.66				2.99	سنة ثالثة	
				3.65	سنة رابعة	
						تقبل الذات
سنة رابعة	سنة ثالثة	سنة ثانية	سنة أولى		السنة الدراسية	
3.68	3.08	2.63	2.51	المتوسط الحسابي		المجال
*1.17	0.57	0.12		2.51	سنة أولى	
*1.05	0.45			2.63	سنة ثانية	
0.60				3.08	سنة ثالثة	
				3.68	سنة رابعة	
						الذات الإدراكية
سنة رابعة	سنة ثالثة	سنة ثانية	سنة أولى		السنة الدراسية	
3.59	3.30	3.04	2.70	المتوسط الحسابي		المجال
*0.89	0.60	0.34		2.70	سنة أولى	
0.54	0.26			3.04	سنة ثانية	
0.29				3.30	سنة ثالثة	
				3.59	سنة رابعة	
						المقياس الكلي

ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \Rightarrow 0.05$)

يبين الجدول (17) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط تقديرات طالبات ذوي السنة الدراسية (سنة أولى) من جهة ومتوسط تقديرات طالبات ذوي السنة الدراسية (سنة رابعة) من جهة ثانية، وذلك لصالح تقديرات طالبات ذوي السنة الدراسية (سنة رابعة) عند جميع مجالات الدراسة والأداء الكلية ما عدا عند مجال نقد الذات حيث كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط تقديرات طالبات ذوي السنة الدراسية (سنة أولى، وسنة ثانية) من جهة ومتوسط تقديرات طالبات ذوي السنة الدراسية (سنة رابعة) من جهة ثانية، وذلك لصالح تقديرات طالبات ذوي السنة الدراسية (سنة رابعة). وتعتقد الباحثة أن الفروق التي ظهرت لصالح السنة الرابعة تعود إلى أن الطالبات أصبح عندهن الخبرة الجيدة وأصبحن ممارسات جيدات للألعاب الرياضية المختلفة وهن بهذه المرحلة قد اجتزن جميع المسابقات تقريبا مما يزيد من تقديرهن لذاتهن، بعكس طالبات السنة الأولى اللواتي لم يكتسبن الخبرة الكافية بعد، ولم يكون تقدير إيجابي أو سلبي نحو مفهومهن لذاتهن بحكم قلة الخبرة والممارسة والاحتكاك مع المجتمع الرياضي المحيط، وبحكم الانتقال من المرحلة المدرسية على المرحلة الجامعية واختلاف الوسط البيئي عليهن واختلاف التعليمات وإعطاء نوع من الحرية أكثر.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة جرانه (1984) في وجود فروق في مفهوم الذات بين أفراد المستوى الرياضي المتقدم والمستوى المتوسط المنخفض للسباحة ولصالح أفراد المستوى المتقدم. ودراسة حلمي (1992) والتي أشارت نتائجها إلى ارتفاع متوسط درجات مفهوم الذات لدى لاعبي كرة الماء للناشئين في دول مجلس التعاون الخليجية . ودراسة باكير (2001) والتي كانت من أهم نتائجها أن هناك علاقة إيجابية وطردية بين

مفهوم الذات والإنجاز الرياضي لدى فرق أندية الدرجة الممتازة بكرة القدم في الأردن .
لكن اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة يعقوب وبلبل (1985) حيث أشارت نتائج
دراساتهم إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات مفهوم الذات تعود
للمستوى الدراسي .

رابعاً: للنتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

نص السؤال الرابع على : "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة
الإحصائية ($\alpha \Rightarrow 0.05$) بين تقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات
الأردنية لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات تعزى لمتغير الجامعة" ؟ .
للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية
لتقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسابقات الجمباز
والسباحة على تنمية مفهوم الذات تعزى لمتغير الجامعة على مجالات الدراسة والأداة للكلية،
حيث كانت كما هي موضحة في الجدول (18).

جدول (18)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتدريبات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مسافات الجيمار والسباحة على تنمية مفهوم الذات على مجالات الدراسة حسب متغير الجامعة

الرقم	المجال	الجامعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	الذات البدنية	الأردنية	18	3.02	0.43
		اليرموك	49	3.29	0.57
		الهاشمية	26	3.35	0.38
		موتة	57	3.10	0.50
2	الذات الأخلاقية	الأردنية	18	2.82	0.38
		اليرموك	49	3.13	0.38
		الهاشمية	26	3.03	0.44
		موتة	57	3.02	0.37
3	الذات الشخصية	الأردنية	18	2.95	0.45
		اليرموك	49	3.01	0.40
		الهاشمية	26	3.19	0.44
		موتة	57	2.96	0.43
4	الذات الأسرية	الأردنية	18	2.82	0.55
		اليرموك	49	3.17	0.51
		الهاشمية	26	3.18	0.41
		موتة	57	3.20	0.49
5	الذات الاجتماعية	الأردنية	18	2.92	0.39
		اليرموك	49	3.09	0.51
		الهاشمية	26	3.04	0.43
		موتة	57	3.10	0.50
6	نقد الذات	الأردنية	18	2.91	0.49
		اليرموك	49	2.92	0.60
		الهاشمية	26	3.02	0.69
		موتة	57	2.98	0.62

0.62	3.01	18	الأردنية	الذات الواقعية	7
0.54	2.97	49	اليرموك		
0.58	3.02	26	الهاشمية		
0.43	3.09	57	موتة		
0.58	2.90	18	الأردنية	تقبل الذات	8
0.46	3.08	49	اليرموك		
0.55	3.01	26	الهاشمية		
0.43	3.00	57	موتة		
0.54	2.93	18	الأردنية	الذات الإدراكية	9
0.42	2.97	49	اليرموك		
0.40	3.04	26	الهاشمية		
0.49	3.07	57	موتة		
0.35	2.91	18	الأردنية	المقياس الكلي	
0.35	3.12	49	اليرموك		
0.31	3.15	26	الهاشمية		
0.36	3.07	57	موتة		

يبين الجدول (18) أن هناك فروقاً ظاهرية بين متوسطات تقديرات الطالبات على مجالات الدراسة والأداة الكلية، ولتحديد مستويات الدلالة الإحصائية لتلك الفروق، تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي، كما هو موضح في الجدول (19).

جدول (19)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين تقديرات طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية لأثر مساقات الجيمبال والسباحة على تنمية مفهوم الذات على مجالات الدراسة حسب متغير الجامعة

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة الإحصائية
الذات البدنية	بين المجموعات	2.167	3	0.722	2.876	*0.038
	داخل المجموعات	36.676	146	0.251		
	الكلية	38.843	149			
الذات الأخلاقية	بين المجموعات	1.349	3	0.450	3.028	*0.031
	داخل المجموعات	21.690	146	0.149		
	الكلية	23.040	149			
الذات الشخصية	بين المجموعات	1.065	3	0.355	1.980	0.120
	داخل المجموعات	26.168	146	0.179		
	الكلية	27.233	149			
الذات الأسرية	بين المجموعات	2.061	3	0.687	2.862	*0.039
	داخل المجموعات	35.060	146	0.240		
	الكلية	37.122	149			
الذات الاجتماعية	بين المجموعات	463.	3	0.154	0.674	0.569
	داخل المجموعات	33.411	146	0.229		
	الكلية	33.874	149			
نقد الذات	بين المجموعات	0.256	3	0.085	0.229	0.876
	داخل المجموعات	54.459	146	0.373		
	الكلية	54.716	149			

0.163	1.618	0.768	3	2.305	بين المجموعات	الذات الواقعية
		0.475	146	69.320	داخل المجموعات	
			149	71.625	الكلية	
0.502	0.759	0.355	3	1.065	بين المجموعات	تقبل الذات
		0.468	146	68.324	داخل المجموعات	
			149	69.389	الكلية	
0.516	0.771	0.403	3	1.208	بين المجموعات	الذات الإدراكية
		0.523	146	76.293	داخل المجموعات	
			149	77.501	الكلية	
0.111	2.039	0.243	3	0.730	بين المجموعات	المقياس الكلية
		0.119	146	17.423	داخل المجموعات	
			149	18.153	الكلية	

يبين الجدول (19) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية $\alpha = 0.05$ ->

0.05) عند مجال الذات الاجتماعية ومجال الذات الشخصية ومجال نقد الذات والأداة الكلية

تعزى لمتغير الجامعة حسب تقديرات الطالبات، بينما كان هناك فروق دالة إحصائية عند

مستوى الدلالة الإحصائية $\alpha = 0.05$ ->) عند مجال الذات البدنية ومجال الذات الأخلاقية

ومجال الذات الأسرية، ولتحديد مستويات ولتحديد مصادر تلك الفروق تم استخدام اختبار

شيفيه (Scheffe) كما هو موضح في جدول (20) .

جدول (20)

نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للفروق بين تقديرات الطالبات على مجالات الذات البدنية والذات

الأخلاقية والذات الأسرية حسب متغير للجامعة

المجال	الجامعة	الأردنية	اليرموك	الهاشمية	مؤنة
الذات البدنية	المتوسط الحسابي	3.02	3.29	3.35	3.10
	الأردنية	3.02	*0.27	*0.33	0.08
	اليرموك	3.29		0.06	0.19
	الهاشمية	3.35			0.25
	مؤنة	3.10			
الذات الأخلاقية	المتوسط الحسابي	2.82	3.13	3.03	3.02
	الأردنية	2.82	*0.31	*0.21	*0.20
	اليرموك	3.13		0.10	0.11
	الهاشمية	3.03			0.01
	مؤنة	3.02			
الذات الأسرية	المتوسط الحسابي	3.18	3.17	3.20	3.20
	الأردنية	2.82	*0.35	*0.36	*0.38
	اليرموك	3.17		0.01	0.03
	الهاشمية	3.18			0.02
	مؤنة	3.20			

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \rightarrow 0.05$)

يبين الجدول (20) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط تقديرات طالبات

الجامعة (الأردنية) من جهة ومتوسط تقديرات طالبات جامعة (اليرموك والهاشمية) من جهة

ثانية، وذلك لصالح تقديرات طالبات جامعة (اليرموك والهاشمية) عند مجال الذات البدنية وقد

يرجع السبب في ذلك إلى طبيعة المنهاج أو الكادر التدريسي أو إلى نوعية الأدوات والأجهزة الرياضية المستخدمة وجودتها، كما كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط تقديرات طالبات الجامعة (الأردنية) من جهة ومتوسط تقديرات طالبات جامعة (اليرموك والهاشمية ومؤتة) من جهة ثانية، وذلك لصالح تقديرات طالبات جامعة (اليرموك والهاشمية ومؤتة)، عند مجال الذات الأخلاقية، ومجال الذات الأسرية وترى الباحث أن السبب في ذلك إلى طبيعة البيئة التي تقع فيها تلك الجامعات حيث أن كل من جامعة اليرموك والهاشمية ومؤتة موجودة في بيئات محافظة ومغلقة ويظهر عليها طابع الالتزام بالعادات والتقاليد والدين كما أن طالبات هذه الجامعات معظمهن من سكان المنطقة ولا يأخذن سكن خارجي بل هن دائماً تحت إشراف أولياء أمورهن كما قد يكن أكثر التزاماً بالدين، وقد يكون السبب بأن جاءت الجامعة الأردنية في المرتبة الأخيرة عند نفس المحاور لما تتمتع به محافظة العاصمة من انفتاح وتعدد للجنسيات فيها وبالتالي تعدد للقيم والعادات والتقاليد والأديان كما قد يكون السبب في طبيعة هذه البيئة للجامعة الأردنية في إعطاء قدر أكبر من الحرية للفتاة حيث نلاحظ اختلاف السلوكيات والعادات عن طالبات الجامعات الثلاث الأخرى (اليرموك ، الهاشمية ومؤتة) .

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة عبد الحق(2000) والتي هدفت إلى التعرف على تقدير الذات لدى لاعبي ولاعبات الألعاب الجماعية في الجامعات الفلسطينية (النجاح، بيرزيت، بيت لحم)، إضافة إلى التعرف على اثر متغيرات الجامعة، والمستوى الدراسي، والعمر، والجنس، ومكان الإقامة، ونوع اللعبة التخصصية عليها، وأظهرت نتائج الدراسة ان مستوى تقدير الذات كان ايجابيا عند لاعبي ولاعبات فرق الألعاب الجماعية في الجامعات الفلسطينية، إضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات تعزى لمتغيرات

(الجامعة، المستوى الدراسي، مكان الإقامة) بينما لم تكن الفروق دالة إحصائياً تبعاً
لمتغيرات (اللعبة، العمر، الجنس).

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

فيما يلي الاستنتاجات والتوصيات التي توصل إليها الباحث من خلال نتائج الدراسة:

أولاً: الاستنتاجات

1. هناك اثر لمساقات الجميز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كلية التربية

الرياضية في الجامعات الاردنية

2. اختلفت الذات البدنية والذات الاسريه المراكز الأولى نتيجة اثر مساقات السباحة

والجميز على تنمية مفهوم الذات.

3. هناك اختلاف في مفهوم الذات تبعاً لمتغير المساق وذلك لصالح مساق الجميز في

مجال الذات البدنية.

4. هناك اختلاف في مفهوم الذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية وذلك لصالح السنة الرابعة.

5. هناك اختلاف في مفهوم الذات تبعاً لمتغير الجامعة وذلك لصالح جامعة اليرموك

والهاشمية خصوصاً في الذات البدنية والذات الأخلاقية.

ثانياً: التوصيات

1. التركيز على نقد الذات والذات الشخصية من قبل المتخصصين في علم النفس.
2. الاهتمام بالإعداد النفسي لطالبات السباحة والجمباز بشكل عام لتحقيق مفهوم ذات أعلى حول مفهوم للذات.
3. إجراء دراسات تتناول مفهوم الذات مع مواضيع أخرى في الرياضة، وإجراء دراسات تأخذ لاعبات المنتخبات الوطنية كعينة في دراسات أخرى.

المراجع

المراجع العربية:

- أبو شمة، إياد ، (1995)؛ مفهوم الذات عند لاعبي كرة السلة في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة ، عمان ، الأردن .
- أبو عواد ، محمد أحمد، (2000)؛ العلاقة بين مفهوم الذات ومركز التحكم لدى المعاقين حركيا الممارسين للرياضة التنافسية في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الأردنية، عمان ، الأردن .
- أبو عيّد، فالح. (2004)؛ أثر برنامج تعليمي في السباحة على تطوير مفهوم الذات والمستوى المهاري لدى الأفراد ذوي التحديات الحركية. رسالة ماجستير، جامعة اليرموك.
- ابوهرجه، م ، زغلول، م. (2002)، مدخل التربية الرياضية. مركز الكتاب للنشر.
- أدلبي، سهى ، (1998)؛ أثر برنامج تدريبي مقترح على مستوى اللياقة البدنية ومفهوم الذات لدى أطفال مؤسسات الأيتام في الأردن ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الأردنية، عمان ، الأردن .
- إسماعيل، ماجده. (1982)؛ مفهوم الذات وعلاقته بمستوى الأداء في الجمباز لطالبات كليات التربية الرياضية للبنات. مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان، مجلد 6.
- باكير. عاصف على باكير (2001)؛ مفهوم الذات وعلاقته بالإجاز الرياضي لدى لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة بلدة القدم في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة جامعة اليرموك، اربد، الأردن.

- بخاري، أمين. (2006). مفهوم الذات.
- بهاء، سعدية ، (1983)، من أنا؟ البرنامج التربوي النفسي لخبرة من لنا الموجه لأطفال الرياض بين النظرية والتطبيق ، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي ، الكويت .
- جبالي ، صفية محمود وبوسف ، (1989)؛ العلاقة بين أساليب الوالدين في التنشئة الاجتماعية ومفهوم الذات عند طلبة الصف الثاني الإعدادي ، رسالة ماجستير ، جامعة اليرموك .
- جبريل ، موسى عبد الخالق .(1995)؛ مفهوم الذات لدى المراهقين المعاقين حركيا . دراسات. العلم الإنسانية. مجلد 22. عدد 3 ص 1061-1086 .
- جرار، تامر. (2005)؛ التعرف على اثر برنامج تعليمي مقترح في السباحة على مفهوم الذات ومستوى الأداء لدى المشاركين في دورات السباحة التي تقيمها الجامعة الاردنية، رسالة ماجستير غير منشوره، الجامعة الاردنية.
- جرائه، نهاني. (1984)؛ الفروق في مفهوم الذات بين المجموعات المختلفة المستويات في السباحة، ملخصات بحوث مؤتمر الرياضة للجميع، جامعة حلوان، القاهرة.
- حايك ، صادق ، (2003)؛ التعرف على أثر استخدام أسلوب التعليم التعاوني في تدريس كرة السلة على مفهوم الذات بأبعاده الثلاثة لدى طلبة كلية التربية الرياضية واتجاهاتهم نحو كرة السلة ، مجلة دراسات ، الجامعة الأردنية ، المؤتمر الرياضي ، عدد خاص (2004).
- حسين، قاسم حسن. (2000)؛ مبادئ وأسس السباحة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية.

- حلمي، عيد .(1992)؛ دراسة تمايز الذات بين لاعبي كرة الماء للناشئين بدول الخليج، بحوث رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية، مجلد 3 كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، مصر.
- خولي، أمين .(1995)؛ الرياضة والحضارة الإسلامية. دار الفكر العربي. القاهرة، مصر
- دليم، فهد بن عبدالله بن علي للدليم(2003) ؛ الفروق في أبعاد مفهوم الذات لدى المراهقين والشباب، جامعة الملك سعود، كلية التربية، للسعودية.
- دويدار، عبد الفتاح .(1992)؛ سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، دار النهضة العربية، القاهرة.
- ديماس ، محمد ، (2002)؛ كيف توقف طاقتك ، دار ابن حزم ، لبنان .
- راتب ، كامل (1997)؛ علم النفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات . دار الفكر العربي ، القاهرة .
- راتب، كامل.(1990)؛ علم النفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات. دار الفكر العربي، القاهرة.
- رزق، سمير. (2003)؛ الموسوعة العظيمة لرياضة السباحة. عمان، الأردن.
- رواش، كوثر محمد. (1985)؛ التكيف الاجتماعي ومفهوم الذات والعلاقة بينهما لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي عند تلاميذ المرحلة الابتدائية، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان، مصر.
- روسان ، أيوب حمدان محمود. (1995)؛ أثر العقاب البدني والنفسي على مفهوم الذات لدى طلبة الصفين الخامس والسادس الأساسيين في مدارس لواء بني كنانة ، رسالة ماجستير ، للجامعة الأردنية .

- ريمائي، محمد عوده. (1993)؛ علم نفس النمو. مؤسسة زهران ، عمان.
- زهران ، حامد عبد السلام (1978) ؛ الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط2 جامعة عين شمس ، القاهرة .
- سالم، عزيزه (1990)؛ رياضة الجمباز بين النظرية والتطبيق. جامعة حلوان.
- سرور، ناديا هائل ، (2003)؛ البرنامج التدريبي في تطوير مفهوم الذات ، دار الأوائل للنشر ، عمان ، الأردن .
- سلطان، صفيه وتهاني جرائه.(1985)؛ الممارسة الرياضية في مرحلة الشباب وأثرها على بعض المتغيرات النفسية، ملخصات لبحوث المؤتمر الدولي للشباب والرياضة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية، القاهرة، مصر.
- شحاتة، إبراهيم، (2003)؛ أسس تعليم الجمباز . دار الفكر العربي، الاسكندرية.
- شحاتة، محمد.(1999)؛ دليل الجمباز الحديث. القاهرة.
- شلاوي، محمد وآخرون. (2001)؛ التنشئة الاجتماعية للطفل، دار الصفا للنشر والتوزيع. عمان، الأردن.
- صوالحه، محمد. (1990)؛ علاقة مستوى مفهوم الذات وشكل التغذية الراجعة بفاعلية تعلم مفاهيم عمية لدى طلاب الصف الثاني الإعدادي في الأردن، أطروحة دكتوراه. جامعة عين شمس.
- عبد الحق ، عماد صالح(2000)؛ تقدير الذات عند لاعبي ولاعبات فرق الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية جامعة بيت لحم فلسطين - بيت لحم ، العدد (19)، ص (39-65) .

- عبد الظاهر، إخلص.(1990)؛ دراسة مفهوم الذات الجسمية لدى المتفوقات وغير المتفوقات في التعبير الحركي بقسم التربية البدنية.
- عبد المقصود، السيد.(1994)؛ نظريات التدريب الرياضي. مكتب الحساء، القاهرة.
- عديت، خلدون.(2001)؛ اثر ممارسة الانشطة الرياضية والجنس والمستوى الرياضي في مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية في الطفيله. رسالة ماجستير، جامعة مؤتة.
- عرابي، بندك، عيسى.(1994)؛ سمير عرابي، أمل بندك، مهي أديب، تأثير برنامجي السباحة والرسم على مفهوم الذات عند تلميذات مرحلة التعليم الأساسي في الأردن مجلة دراسات الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- عروق ، ادريس صالح محمد ، (1992)؛ تطور مفهوم الذات لدى طلبة المرحلة الأساسية ، رسالة ماجستير ، جامعة اليرموك .
- علاوي ، محمد حسن، (1989)؛ علم للنفس الرياضي ، ط2، دار المعارف القاهرة .
- عمار، محمد. (1986)؛ دراسة مقارنة حول درجة تحقيق الذات عند طلاب وطالبات علم النفس بكلية الآداب والعلوم الانسانية، للمجلة العلمية للبحوث التربوية، مجلد 6
- عويدات ، عبدالله ، (1988)؛ أسباب عزوف الفتيات في الجامعة الأردنية عن ممارسة النشاط الرياضي ، دراسات ، مجلد (15) ، عدد (1)، الجامعة الأردنية.
- قط، محمد. (2000)؛ السباحة بين النظرية والتطبيق. كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق.

- كردي ، عصمت درويش ، (1983)؛ العلاقة بين ممارسة النشاط الرياضي والتحصيل العلمي لدى طلبة الجامعة الأردنية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان، القاهرة.
- محسن، تناصر. (2001)؛ مفهوم الذات وعلاقته بعناصر اللياقة البدنية والأداء المهاري للجنات. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة بغداد.
- والاس ، دلابين و بيرت جريت. (1981)؛ مفهوم الذات (أسس النظرية والتطبيقية) ترجمة: فوزي بهلول، دار المعرفة، القاهرة.
- يعقوب ، إبراهيم ورمزي بلبل ، (1985)؛ علاقة مفهوم الذات بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية في الأردن، أبحاث اليرموك ، المجلد الأول، للعدد الثاني .

المراجع الأجنبية:

Abu hallmeh F: .(1986). the Effect of Two week Training Programs on self concept Attitude toward Physical Activity of Male &Femal Jordanian College Physical Education Majors unpublished dissertation florida state university

Alfermann ,D. & Stool ,O. (2000). "Effect of physical exercise on self-concept and well-being" International Journal of sport psychology , 31 (1) ,PP 47-63.

Avary ,f. & leanard ,z.d (1997). "psychological effects of strength training on children" ,journal of sport behavior ,20/z. pp 164-176.

Ebbeck ,V. & Gibbons ,S.L. (1998) "The Effect of a Team Building program on the self conceptions of Grade 6 and 7 physical Education students" ,Journal of Sport & Exercise psychology ,20 , pp 300-310

http://www.annafsia.com/self_concept.htm

Kamel ,L ,K (1996) ,physical fitness as – predictor of the self – concept among boys and girls with learning disabilities ,attention deficit hyperactive disorder and normal academic achievement , achievement . Dissertation Abstract International ,A ,57 / 11 ,P ,

Kosar & others (1998). "effect of perception among sport camp participant in an 8 weeks aerobic dance and step aerobic program on physical self-perception and body image satisfaction". Journal of sport & exercise psychology 29 ,pp 366-375.

Marsh (H. W. & others. (1995). Multidimensional self-concepts of Elite Athletes: How do they differ from the general population.

Sherill (claudiner. 1998. adapted physical activity recreation & sport. McGraw – hill companies (inc. Fifth edition.

بسم الله الرحمن الرحيم

عزيزتي الطالبة:

تقوم الباحثة بإعداد دراسة بعنوان " دراسة مقارنة لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية للرياضية في الجامعات الأردنية " لذا نرجو التكرم بالاجابه على فقرات الاستبيان المرفق علما بان هذا الاستبيان يستخدم لأغراض البحث العلمي فقط، لذا يرجى قراءته بدقة ووضع اشارته (صح) في خانته واحده من الخانات الخمس المطروحة أمامك.

الباحثة

ماجدولين بصول

متغيرات الدراسة:

1- المساق: أ- جمباز ب- سباحة

2- الجامعة: أ- الاردنيه ب- اليرموك

ج- الهاشمية د- مؤته

3- السنة الدراسية أ- أولى ب- ثانية

ج- ثالثة د- رابعة

الرقم	العبارة	لا تنطبق علي تماما	لا تنطبق علي غالبها	تنطبق أحيانا، وأحيانا أخرى لا تنطبق	تنطبق علي غالبها	تنطبق علي تماما
1	امتلك جسما جميلا					
3	أنا شخص جذاب					
5	اعتبر نفسي شخصا عاطفيا					
19	أنا شخص مهذب					
21	أنا شخص أمين					
23	أنا شخص سيء					
37	أنا شخص مرح					
39	أنا شخص هادئ ومثلث					
41	أنا لاشيء					
55	لدي أسره تصاعدي دائما في أي نوع من المشاكل					
57	أنا عضو في أسره سعيدة					
59	أصدقائي لا يثقوا بي					
73	أنا شخص ودود					
75	أنا شخص مشهور بين الرجال					
77	لا أهتم بما يفعله الآخرون					
91	لا أقول الصدق دائما					
93	يعتري غضب أحيانا					
2	أحب أن أبدو وسيما وأتينا في كل الأوقات					
4	أنا مثقل بالأوجاع والآلام					
6	أنا شخص مريض					
20	أنا شخص متدين					
22	أنا فاشل أخلاقيا					
24	أنا شخص ضعيف من الناحية الأخلاقية					
38	لدي قدر من ضبط النفس					
40	أنا شخص حقوق					
42	أفقد أحصابي					
56	أنا شخص مهم بالنسبة لأسرتي وأصدقائي					
58	أنا غير محبوب من أسرتي					
60	أشعر أن أسرتي لا تثق بي					
74	أنا مشهور بين النساء					
76	أنا غاضب من العالم كله					

78	من الصعب مصداقتي				
92	أحياناً أفكر في أشياء سيئة جداً لا يصح الحديث عنها				
94	أحياناً عندما أكون على غير ما يرام يتقابل الضيق				
7	لست بعيداً جداً أو قريباً جداً				
9	أحب مظهري أن يكون بنفس الطريقة التي هو عليها				
11	يؤدي أن أغير بعض الأجزاء من جسمي				
25	أنا راض عن سلوكي الأخلاقي				
27	أنا راض عن صلاتي بالله				
39	يلبني أن أذهب إلى الجامع (الكنيسة) أكثر من ذلك				
43	أنا راض بأن أكون كما أنا تماماً				
45	أنا لطيف تماماً كما يجب علي أن أكون				
47	أهتكر نفسي				
61	أنا راض عن علاقتي الأسرية				
63	أفهم أسرتي تماماً كما يجب علي أن أكون				
65	يجب علي أن ألق في أسرتي أكثر من ذلك				
79	أنا اجتماعي كما أريد أن أكون				
81	أحاول أن أرحم الآخرين ولكني لا أبلغ بذلك				
83	لست صالِحاً إطلاقاً من وجهة النظر الاجتماعية				
95	لا أحب كل من أراهم				
97	أضحك أحياناً من التكت التي قد تخرج عن حدود اللباقة				
8	لست طويلاً جداً أو قصيراً جداً				
10	لا أشعر أنني على ما يرام كما يجب				
12	يجب أن يكون لدي جاذبية أكثر				
26	أنا متدين كما أريد أن أكون				
28	يؤدي أن أكون جديراً بثقة أكثر من ذلك				
30	لا يجب أن أقول مثل هذه الأكاذيب الكثيرة				
44	أنا أتيق كما أريد أن أكون				
46	أنا لست للشخص الذي أريد أن أكونه				
48	أرغب في ألا استسلم بسهولة كما أفل				
62	أعامل والدي كما يجب علي معاملتهما				
64	أنا حساس جداً لما تقوله أسرتي				
66	يجب أن أحب أسرتي أكثر من ذلك				
80	أنا راض عن الطريقة التي أعامل بها الآخرين				
82	يجب أن أكون أكثر ادباً بالتمنية للآخرين				
84	يلبني أن أتعامل بصورة أفضل مع الآخرين				
96	أروج الشائعات أحياناً في بعض الأحيان				
98	أشعر أحياناً برغبة في السب				
13	اعتني بلعبي جيداً من الناحية البدنية				
15	أحاول أن أهتم بمظهري				

17	غالباً ما أتصرف كما لو كنت غير ماهر				
31	أنا مخلص لحو ديني في كل يوم من حياتي				
33	أحاول أن أتغير عندما أصرّف أنني أقوم بشيء خاطئه				
35	أفعل أحياناً أشياء سيئة جداً				
49	أستطيع دائماً العناية بنفسى في أي وقت				
51	أتحمل التآبيب عن أشياء دون أن أفقد أصابعي				
53	أفعل أشياء دون تفكير مسبق فيها				
67	أحاول أن أكون عادلاً مع أصدقائي وأسرّتي				
69	أشعر باهتمام حقيقي لحو أسرّتي				
71	أستسلم لوألدي				
85	أحاول أن أفهم وجهة نظر الزملاء الآخرين				
87	أتعامل في أسر مع الآخرين				
89	لا أسمع الآخرين بسهولة				
99	أفضل الفوز على الهزيمة في اللعب				
14	أشعر أنني على ما يرام معظم الوقت				
16	مستوى أدائي الرياضي ضعيف				
18	لومي قليل				
32	أفعل ما هو صواب معظم الوقت				
34	أستخدم أحياناً وسائل غير مشروعة لشق طريقى				
36	أجد صعوبة في أن أفعل ما هو صحيح				
50	أحل مشاكلى بسهولة تامة				
52	أخير رأيى كثيراً				
54	أحاول أن أهرب من مشاكلى				
68	أقوم بإداء نصيبى من العمل في المنزل				
70	أتشاجر مع أسرّتي				
72	لا أتصرف بالطريقة التي تروى أسرّتي أنه يجب أن أتصرف بها				
86	أرى جوانب حسنة في كل من التآبوت بهم من الناس				
88	لا أشعر بالراحة مع بقية الناس				
90	أجد صعوبة في التحدث مع الغرباء				
100	أحياناً أنجل عمل اليوم إلى الغد				

مختار تصحيح مقياس تقصى لهضم المانعة

[illegible]

أسماء المحكمين

الأستاذ الدكتور: هاشم إبراهيم، علم النفس التطبيقي الرياضي، الجامعة الأردنية.

الدكتور: مازن حناملة ، علم النفس الرياضي التطبيقي، جامعة اليرموك.

الدكتورة: أميرة شحادة، علم النفس الرياضي، جامعة مؤتة.

الدكتور: عربي حمودة، أساليب البحث العلمي، الجامعة الأردنية.

الدكتور: طاهر الشلبي، علم النفس التربوي، جامعة البلقاء التطبيقية.



دائرة رئاسة الجامعة

الرقم: ٢٩٩٣/٥٠/١٠٧/١
التاريخ: ٣١/ ذو القعدة/ ١٤٢٨ هـ
الموافق: ٢٠٠٧/١٢/١٠ م

معالي الأستاذ الدكتور رئيس الجامعة الأردنية
عمان - المملكة الأردنية الهاشمية

تحية طيبة، وبعد،،،

تقوم الطالبة مجدولين عبد المهدي صالح بصول إحدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك ورقمها الجامعي (٢٠٠٦٣٨٢٠٠٤) بإعداد رسالة ماجستير في التربية الرياضية/تخصص التربية البدنية بإشراف الدكتور محمد أبو الكشك مشرفاً رئيساً والدكتور حسن الوديان مشرفاً مشاركاً وعنوان رسالتها دراسة مقارنة لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية.

أرجو التكرم بالموافقة والإيعاز للأستاذ الدكتور عميد كلية التربية الرياضية في جامعتكم لتسهيل مهمة الطالبة المذكورة بالسماح لها بجمع البيانات اللازمة من الطالبات لتمكينها من إنجاز رسالتها العلمية.

شاكراً ومقدراً حسن تعاونكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

رئيس الجامعة
أ.م. محمد أبو قديس



دائرة رئاسة الجامعة

الرقم: ٢٩٩٣/٥٠/١٠٧/ر
التاريخ: ٣١/ذو القعدة/١٤٢٨
الموافق: ٢٠٠٧/١٢/٢٠

الاستاذ الدكتور رئيس الجامعة الهاشمية
الزرقاء - المملكة الأردنية الهاشمية

تحية طيبة، وبعد،،،

تقوم الطالبة مجدولين عبد المهدي صالح بصول إحدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك ورقمها الجامعي (٢٠٠٦٣٨٢٠٠٤) بإعداد رسالة ماجستير في التربية الرياضية/تخصص التربية البدنية بإشراف الدكتور محمد أبو الكشك مشرفاً رئيساً والدكتور حسن الوديان مشرفاً مشاركاً وعنوان رسالتها "دراسة مقارنة لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية".

أرجو التكرم بالموافقة والإيعاز للأستاذ الدكتور عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتكم لتسهيل مهمة الطالبة المذكورة بالسماح لها بجمع البيانات اللازمة من الطالبات لتمكينها من إنجاز رسالتها العلمية.
شاكراً ومقدراً حسن تعاونكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

رئيس الجامعة
أ.د. محمد أبو قديس



دائرة رئاسة الجامعة

٢٩٩٤ ر/٥٠/١٠٧/١

١٤٢٨/نو القعدة/١٤٢٨

٢٠٠٧/١٢/١٠

الأستاذ الدكتور رئيس جامعة مؤتة
الكرك - المملكة الأردنية الهاشمية

تحية طيبة، وبعد،،،

تقوم الطالبة مجدولين عبد المهدي صالح بصول إحدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك ورقمها الجامعي (٢٠٠٦٣٨٢٠٠٤) بإعداد رسالة ماجستير في التربية الرياضية/تخصص التربية البدنية بإشراف الدكتور محمد أبو الكشك مشرفاً رئيساً والدكتور حسن الوديان مشرفاً مشاركاً وعنوان رسالتها "دراسة مقارنة لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية".

أرجو التكرم بالموافقة والإيعاز للأستاذ الدكتور عميد كلية التربية الرياضية في جامعتكم لتسهيل مهمة الطالبة المذكورة بالسماح لها بجمع البيانات اللازمة من الطالبات لتمكينها من إنجاز رسالتها العلمية.

شاكراً ومقدراً حسن تعاونكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

رئيس الجامعة

أ.د. محمد أبو فديس

Abstract

Bsoule Majdolen Abed Al Muhdl. A Comparison Research For The Effect Of Gymnastics Coursed And Swimming On Development Of Self Concept For Students Of Educational Athletics College In Jordanian Universities . Thesis Of Master Degree ,Yarmouk University ,2008 ,Supervision Dr. Mohammad Abu- Elkeshk.

This Study Aimed To Compare The Effect Of Gymnastics And Swimming Course On the Development Of Self Concept among female Students Of Faculties Of Physical Education In Jordan Universities According to the Courses ,year of Studying And University .

The Studying Sample Contains Of 150 Students enroled In Gymnastics And Swimming Courses representing Four Universities (Jordanian ,Yarmouk ,Mouta ,and Hashemite University) .

The Researcher Used Tennessee Scale For Self - Concept Which Contains 100 Teams Separated On nine Domains (Physical Self , Family Self ,Social Self ,Moral-Ethical Self , Personal Self And Self Criticism , Acul Self, Self Satisfaction, Self Perception).

The Result of the study showed that the Subjects had Self Concept With a mid average On all The Scale Domains ,The responses were (Physical Self , Family Self , Social Self ,Moral-Ethical Self , Personal Self And Self Criticism, Acul Self, Self Satisfaction, Self Perception).

The Studying Result Revealed a significant differences between Students Gymnastics and Swimming Students In Physical Self . in favor of Gymnastics student there for no other difference showed according to Year Study Differs Appears In Student Evaluation among Fourth Year students In All Fields And For A University Variable Differs Appears In Student Evaluation In Self – Bodily Field And Specialized in favor of Yarmouk And Hashemite University students .

Keywords: Self Concept ,Tennessee Scale ,Swimming Courses ,Gymnastics Courses.